



Anna-Kaisa Heikkilä & Matleena Maikku

”PITTÄÄHÄ SITÄ ELÄMÄSSÄ MENNÄ ETTEENPÄIN”

Nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta

”PITTÄÄHÄ SITÄ ELÄMÄSSÄ MENNÄ ETTEENPÄIN”

Nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta

Anna-Kaisa Heikkilä & Matleena Maikku
Opinnäytetyö
Kevät 2013
Toimintaterapian koulutusohjelma
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu
Toimintaterapian koulutusohjelma

Tekijät: Anna-Kaisa Heikkilä & Matleena Maikku

Opinnäytetyön nimi: ”Pittäähän sitä elämässä mennä etteenpäin” Nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta

Työn ohjaajat: Kaija Nevalainen & Pirjo Lappalainen

Työn valmistumislukukausi: Kevät 2013

Sivumäärä: 49 + 1

Nuorten hyvinvoinnin tukeminen on yhteiskunnallisesti ajankohtainen ilmiö, johon pyritään vaikuttamaan kehittämällä nuorille suunnattuja palveluita. Tutkimus toteutettiin yhteistyössä SOHVI-hankkeen kanssa, jonka yhtenä painopisteenä on nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Hankkeen päätavoitteena on kokemustiedon tuottaminen hyvinvointia lisäävien palveluiden kehittämiseksi. Toimintaterapian näkemyksen mukaan toiminta on yksi ihmisen perustarpeista ja toiminnallinen osallistuminen tukee henkilön hyvinvointia. Nuoruudessa toimintaan osallistuminen on keskeistä, sillä toiminnan avulla nuori jäsentää ja tutkii itseään. Nuoruusvuosien aikana muodostunut toimintakyky on pohjana aikuistumiselle ja itsenäistymiselle.

Nuorten tarpeisiin vastaavien palveluiden kehittäminen edellyttää nuorten ajatuksien, kokemusten sekä mielipiteiden huomioimista. Tämän laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa toimintaan osallistumisesta nimenomaan nuorten kokemana. Tutkimuksen tehtävänä on kuvailla, millaiseksi 15-vuotiaat nuoret kuvaavat toiminnallista osallistumistaan. Tutkimuksen tiedonantajina oli kolme 15-vuotiaasta nuorta ja tutkimuksen aineisto kerättiin avoimen ryhmähaastattelun avulla. Haastattelutilanteessa nuoret valmistivat kuvakollaasit, joiden tarkoituksena oli konkretisoida tutkimusaihetta osallistuville nuorille ja kannustaa heitä keskusteluun. Aineisto analysoitiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia käyttäen.

Tutkimustulosten mukaan nuoret kokivat toiminnan tärkeäksi, kun se vahvisti itsenäistymistä sekä omien valintojen ja päätösten tekemistä. Nuorilla on tarve kuulua johonkin ja toimia yhdessä erityisesti perheen ja kavereiden kanssa. Lisäksi nuorille oli tärkeää, että erilaiset toiminnot ja toimintaympäristöt mahdollistavat vaihtelevia kokemuksia. Tutkimustuloksissa ilmeni myös toimintaan osallistumista rajoittavia tekijöitä, kuten pitkät välimatkat. Tutkimustulosten pohjalta on mahdollista kehittää nuorten syrjäytymistä ennaltaehkäiseviä ja hyvinvointia tukevia palveluita. Nuorille olisi tarpeellista mahdollistaa osallistuminen toimintoihin, jotka edistävät yhteenkuuluvuutta sekä itsenäistymispyrkimyksiä. Nuorten hyvinvoinnin kannalta on keskeistä tukea nuorta osallistumaan monipuolisesti heille merkityksellisiin toimintoihin.

Asiasanat: hyvinvointi, ryhmähaastattelu, SOHVI-hanke, toiminnallinen osallistuminen

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Occupational Therapy

Authors: Anna-Kaisa Heikkilä & Matleena Maikku

Title of thesis: Adolescents' Experiences of Occupational Participation

Supervisors: Kaija Nevalainen & Pirjo Lappalainen

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2013

Number of pages: 49+1

The well-being of youth is a current sociological issue and there are many projects aiming to support them. The study was carried out in co-operation with SOHVI Project. One of the main functions of the SOHVI Project is to contribute health and well-being of adolescents and the aim is to gather empirical information for developing the services for the adolescents. According to occupational therapy the occupation is a basic need for a human and occupational participation supports well-being. Occupational participation is essential in youth because through participation adolescents develop their skills. The ability of function that has developed in youth is ground for becoming an adult and independent.

The aim of the study was to describe the adolescents' experiences of occupational participation.

The thesis was a qualitative study which was carried out through open-ended group interview. The interviewed were three 15-year-old students. The qualitative data was analyzed using the method of content analysis.

The results showed that adolescents considered occupation important when it supported them to become independent and provided practical skills for adulthood. Through occupational participation it was essential for adolescents to experience feelings of belonging and sharing. Furthermore, it was important that occupational participation and different environments enabled adolescents to experience diverse experiences. The results also showed elements which restricted adolescents from engaging in occupations such as managing long distances.

It is essential to adolescents' well-being to enable their occupational participation in meaningful occupations which they can share with other people and which promote their skills for adulthood. The results of the study can be used for developing services for adolescents who are at the risk of social exclusion.

Key words: adolescence, occupation, group interview, SOHVI—project

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ.....	3
ABSTRACT.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 NUOREN TOIMINNALLINEN OSALLISTUMINEN	8
2.1 Nuoren kehittyminen.....	8
2.2 Toiminta nuoruusiässä.....	9
2.3 Nuoren toiminnalliset ympäristöt.....	10
3 TOIMINNAN VAIKUTUS HYVINVOINTIIN	12
3.1 Toiminta ja hyvinvointi	12
3.2 Toiminnalliset tarpeet	12
3.3 Toiminnallinen oikeudenmukaisuus ja epäoikeudenmukaisuus.....	14
4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TEHTÄVÄ.....	15
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	16
5.1 Tutkimusmetodologia	16
5.2 Tiedonantajien valinta.....	17
5.3 Aineiston keruu.....	18
5.4 Aineiston analyysi.....	20
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	22
6.1 Omannäköinen elämä.....	22
6.2 Elämän rikastuttaminen	26
6.3 Yhteenkuuluvuus	29
6.4 Toimintaan osallistumista rajoittavia tekijöitä	31
7 KESKEISTEN TULOSTEN TARKASTELU	33
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	36
9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	38
9.1 Tutkimuksen eettisyys	38
9.2 Tutkimuksen luotettavuus	39
10 POHDINTA	41
LÄHTEET.....	45
SAATEKIRJE.....	50

1 JOHDANTO

Valtaosa nuorista voi hyvin tai jopa paremmin kuin aiemmin, sen sijaan osalla nuorista on yhä enemmän erilaisia ongelmia ja pahoinvointi lisääntyy (ks. Aalberg & Siimes 2007, 137; Eräranta & Autio 2008, 8). Tilastollisesti vuonna 2010 syrjäytyneitä 15–29 -vuotiaita nuoria oli 51 341. Näistä nuorista 32 511 ei opiskele eikä käy töissä. Heitä ei näy missään tilastoissa eli kukaan ei tiedä keitä he ovat ja mitä he tekevät. (Myrskylä 2012, 2.) Tästä syystä syrjäytymisen ennaltaehkäisy, nuorten hyvinvoinnin tukeminen sekä palveluiden kehittäminen on yhteiskunnallisesti ajankohtaista. Nuorten tarpeisiin vastaavien palveluiden tuottaminen vaatii nuorten ajatuksien, kokemusten sekä mielipiteiden huomioimista.

Nuorten syrjäytymiseen on reagoitu lakimuutoksin ja erilaisin hankkein (ks. Satka 2009, 17–18). Yksi valtakunnallinen hanke on SOHVI–hanke, joka keskittyy terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä uusiin toimintamalleihin. Hankkeen päätavoitteena on hyvinvointiin liittyvän kokemustiedon tuottaminen hyvinvointia edistävien palvelukokonaisuuksien sekä työntekijöiden osaamisen kehittämiseksi. Painopiste on lasten, nuorten ja lapsiperheiden sekä työikäisten ja työyhteisöjen tukemisessa. SOHVI–hanketta hallinnoi Turun ammattikorkeakoulu ja hankkeen osatoteuttajina toimivat Diakonia-ammattikorkeakoulu, Laurea–ammattikorkeakoulu, Seinäjoen ammattikorkeakoulu ja Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Kaikki edellä mainitut ammattikorkeakoulut tekevät yhteistyötä myös kunta-, seutukunta-, kuntayhtymä- tai järjestökumppanin kanssa hankkeen tavoitteiden saavuttamiseksi. (Sohvi–hanke käynnistyy, hakupäivä 30.8.2012.)

Myös toimintaterapeuttien kasvavina työalueina nähdään lasten- ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen ja syrjäytymisen ehkäisy (ks. Launiainen & Lintula 2003, 7-9). Toimintaterapiassa syrjäytymistä käsitellään toiminnallisen oikeudenmukaisuuden sekä toiminnallisen epäoikeudenmukaisuuden käsitteillä. Toiminnallinen oikeudenmukaisuus tarkoittaa, että henkilöllä on mahdollisuus osallistua hänelle merkityksellisiin toimintoihin. Toiminnallinen epäoikeudenmukaisuus käsittää päinvastaisen tilanteen. (ks. Wilcock & Townsend 2000, 80, 84.)

Toimintaterapian käsityksen mukaan ihmiset ovat luontaisesti toiminnallisia (Creek 2008, 26). Ensisijaista toimintaterapiassa on mahdollistaa ihmisen osallistuminen jokapäiväisen elämän toimintoihin, jotka edistävät yksilön terveyttä ja hyvinvointia (Wilcock 2006, 1, Riley, 2010, 17). Toiminnallinen osallistuminen tarkoittaa, että henkilö osallistuu toimintoihin, joita hän haluaa tehdä tai

jotka ovat välttämättömiä hänen hyvinvointinsa kannalta (Kielhofner 2008, 101–102). Lawn (2002, 640) mukaan toimintaan osallistumalla henkilö saa elämäänsä tarkoitusta ja merkitystä. Jos yksilö osallistuu tarpeisiin vastaavaan ja mielihyvää tuottavaan toimintaan, hänen on todennäköisempää ylläpitää terveyttään (Reed & Sanderson 1999, 33–34).

Toimintaterapian näkemyksen mukaan hyvinvoinnin ja toiminnallisen osallistumisen välinen suhde on ilmeinen. Hyvinvointia tukee henkilön monipuolinen osallistuminen jokapäiväisiin toimintoihin (Hagedorn 2000, 69; Wilcock 2006, 1; Riley, 2010, 17). Toiminnallista hyvinvointia tukevat toiminnallinen tyytyväisyys, osallistuminen merkityksellisiin ja tarkoituksenmukaisiin toimintoihin sekä osallistumista edistävät ympäristöt. Yhteenkuuluvuutta, turvallisuutta ja valinnanmahdollisuuksia sisältävät toiminnot lisäävät hyvinvointia. (Wilcock 2010, 115.)

Keväällä 2011 valmistavan seminaarityöemme esityksessä käsitelimme toimintaterapian mahdollisuuksia nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Lopullisessa tutkimuksessamme halusimme lähestyä nuorten kokemuksia voimavaralähtöisesti ja keskittyä toimintaan osallistumisen mahdollisuuksiin. Tutkimus toteutettiin laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmin, sillä ne korostavat osallistujien omia näkemyksiä (ks. Launiainen & Lintula 2003, 7–8). Tutkimuksen **tarkoituksena** on kuvata 15-vuotiaiden nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta. Tutkimuksen kautta saamme tietoa siitä, millaiset toiminnot ovat nuorille merkityksellisiä ja tärkeitä. Lisäksi tutkimuksen kautta selviää, millaiseksi nuoret kuvaavat toiminnallista osallistumistaan ja mitkä tekijät rajoittavat nuorten toiminnallista osallistumista. Tutkimuksen **tehtävänä** on kuvailla, millaiseksi 15-vuotiaat nuoret kuvaavat toiminnallista osallistumistaan. Tutkimuksen tiedonantajina oli kolme 15-vuotiaasta nuorta. Tutkimuksen aineisto kerättiin avoimen ryhmähaastattelun avulla. Aineisto analysoitiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia hyödyntäen.

SOHVI-hankkeen päätavoitteena on tuottaa hyvinvointiin liittyvää kokemustietoa, joten tutkimuksemme aihe on tarkoituksenmukainen ja vastaa yhteistyökumppanimme tavoitteisiin (ks. Sohvi-hanke käynnistyy, hakupäivä 30.8.2012). Koska toimintaan osallistuminen edistää hyvinvointia, voidaan nuorten syrjäytymistä ennaltaehkäistä tukemalla nuorten osallistumista merkityksellisiin toimintoihin. Tutkimuksen kautta saadaan nuorten kokemuksiin perustuvaa tietoa siitä, mitkä asiat toiminnallisessa osallistumisessa ovat nuorille tärkeitä ja keskeisiä. Tutkimustietoa voidaan hyödyntää palveluiden kehittämisessä siten, että nuorille osataan tarjota mahdollisuuksia osallistua heille merkitykselliseen toimintaan.

2 NUOREN TOIMINNALLINEN OSALLISTUMINEN

Seuraavassa luvussa kuvataan nuoren kehittymistä sekä nuoruutta yleisesti ikävaiheena. Lisäksi käsitellään toimintaa, toiminnallista osallistumista sekä sitä, mikä tekee toiminnasta tarkoituksenmukaista ja merkityksellistä. Keskeisenä sisältönä ovat myös nuorten toimintaan osallistuminen sekä nuorille ominaiset toimintaympäristöt.

2.1 Nuoren kehittyminen

Nuoruusiällä tarkoitetaan kehitysvaihetta, joka sijoittuu lapsuuden ja aikuisuuden väliin. Nuoruuden aikana tapahtuu fyysistä ja psyykkistä kehitystä ja nuori sopeutuu sekä sisäisiin että ulkoisiin muutoksiin. Nuoruus ajoittuu ikävuosille 12–22 ja nuoruusikä voidaan jakaa kolmeen eri vaiheeseen: varhaisnuoruus 12–14 -vuotiaana, varsinainen nuoruus 15–17 -vuotiaana ja jälkinuoruus 18–22 -vuotiaana. (Aalberg & Siimes 2007, 15, 67–68.) Keskeisimmät nuoruuteen kuuluvat haasteet voidaan jakaa biologisiin, psykososiaalisiin sekä sosiokulttuurisiin haasteisiin (Simons 2005, 217).

Nuoruus on muutoksen ja mahdollisuuksien aikaa (Flanigan 2001, 154). Nuoruusiän kehityksellisenä päämääränä pidetään itsenäistymistä, jonka saavuttamiseen kuuluu kehityksellisten tehtävien läpikäyminen. Kehityksellisiin tehtäviin kuuluvat vanhemmista irtaantuminen, ruumiinkuvan, seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen sekä ikätovereihin turvautuminen kasvun ja kehityksen aikana. Nuoruuden aikana persoonallisuusrakenteet vakiintuvat ja uuden identiteetin muodostaminen vaatii irrottautumista lapsuudesta. (Aalberg & Siimes 2007, 67–68.) Simonsin (2005, 239) mukaan nuoren kehityksellisiin haasteisiin kuuluvat oman identiteetin saavuttaminen sekä itselle sopivien sosiaalisten ja psykososiaalisten roolien määrittäminen toiminnallisessa ympäristössä.

Nuorelta odotetaan enemmän vastuuntuntoa, uusien tapojen ja rutiinien muodostumista ja hallintaa. Nämä tuovat haasteita nuoren ajankäytölle, toisaalta taas nuori saa lisää valinnanvapautta. Valinnan vapauden kautta nuori perustaa omaa henkilökohtaista arvomaailmaansa ja maailmankuvaansa. Nuori itsenäistyy ja kokeilee aikuisuuteen liittyviä rooleja sekä muuttaa omia tapojaan ja roolejaan. Tämä vahvistaa nuoren identiteettiä ja nuori saa palautetta omista kyvyistään toimia kyseisissä rooleissa. (Flanigan 2001, 154–155, 158.) Nuoruuden aikana itsetunto vaihtelee hy-

västä huonoon (Pownall 2001, 41). Nuori ilmaisee omaa persoonallisuuttaan mielenkiinnonkohteidensa avulla (Kielhofner 2008, 132).

Nuorille on tyypillistä orientoitua nykyhetkeen (Flanigan 2001, 157). Nuoruusiässä on kuitenkin ajankohtaista tehdä valintoja ja tärkeitä päätöksiä, jotka vaikuttavat elämään aikuisenakin (Aalberg & Siimes 2007, 71; Kielhofner 2008, 132). Aikuisten on tärkeää arvostaa nuoren omia ajatuksia sekä tukea hänen itsenäistymispyrkimyksiään. Oleellista on, että nuori on aktiivisessa roolissa ja hän osallistuu toimintojen valintaan (Flanigan 2001, 154, 159.) Nuoruuden loppuvaiheessa nuori osaa mieltää itsensä yhteiskunnan jäseneksi ja hän osaa ottaa vastuuta itsestään ja ympäristöstään (Aalberg & Siimes 2007, 71).

2.2 Toiminta nuoruusiässä

Toiminta määritellään ihmisyyden kannalta keskeiseksi tekijäksi, jonka kautta henkilö vastaa omiin perustarpeisiinsa sekä kohtaa sosiaaliset ja ympäristölliset haasteet (Wilcock 2010, 111). Nuoret kuvataan usein toimintaorientoituneiksi (Aalberg 2007, 297). Toiminnan avulla nuori jäsentää ja tutkii itseään. Nuoruusvuosien aikana muodostunut toimintakyky on pohjana aikuisen elämänhallintakeinoille. (Kallonen 1998, 81–83.) Hasselkusin (2011, 25) mukaan toiminta on voimakas itsetuntemusta edistävä tekijä ja ihminen voi tutustua itseensä sekä ilmaista itseään toiminnan kautta. Toiminnan kautta henkilö kokee iloa ja tarkoitusta (Wilcock 2010, 111).

Toiminnallisella osallistumisella tarkoitetaan, että henkilö osallistuu päivittäisiin toimintoihin, joita hän haluaa tehdä tai jotka ovat välttämättömiä hänen hyvinvointinsa kannalta. Toimintaan osallistumiseen vaikuttavat henkilön yksilölliset sekä ympäristölliset tekijät, jotka voivat joko rajoittaa tai edistää toimintaan osallistumista. Toiminnot ovat merkittäviä sekä yksilötasolla että sosiaalisesti. (Kielhofner 2008, 101–102.) Toimintaan osallistumisen kautta henkilö kehittää omia taitojaan ja pätevyyttään ja on yhteydessä lähimmäisiinsä sekä yhteisöihin. Toimintaan osallistumalla henkilö saa elämäänsä tarkoitusta ja merkitystä. (Law 2002, 640.) Toiminnallisella osallistumisella on oleellinen merkitys terveyteen ja elämänlaatuun (Christiansen & Townsend 2010, 343). Toiminnallinen osallistuminen mahdollistaa oppimista sekä tukee identiteetin muodostumista tietyssä ympäristössä. Toimintoihin osallistuminen tukee henkilön osallistumista välttämättömiin sekä merkityksellisiin toimintoihin tasapuolisesti. (Hagedorn 2000, 66.)

Toiminnan tarkoitus muodostuu siitä, että yksilö kokee toiminnan lopputuloksen tavoiteltavana asiana. **Toiminnan tarkoituksenmukaisuus** voi sisältää sekä lyhyen että pitkän aikavälin tavoitteita ja tarkoituksia. (Nelson 1996, 777.) Hasselkusin (2011, 185) mukaan toiminta on väline, jonka kautta saadaan kokemuksia elämään ja näistä kokemuksista rakentuu **toiminnan merkityksellisyys**. Jotta toiminta on merkityksellistä, sen täytyy sisältää valinnan mahdollisuuksia, kontrollin tunnetta, kannustavan ympäristön, joka tukee toimintaan keskittymistä (Law 2002, 642). Merkitys muodostuu toiminnasta ja toiminta muodostuu merkityksestä (Hasselkus 2011, 21). Henkilön yksilöllinen kokemus toiminnasta luo toiminnalle merkityksen. Samaan aikaan toiminnan merkitykset ovat kontekstisidonnaisia ja sosiaalisesti määriteltäviä (Hagedorn 2000, 70; Hasselkus 2011, 3.)

Toimintaterapian keskeisenä ajatuksena on, että henkilö selviytyy hänelle merkityksellisistä ja tärkeistä päivittäisen elämän toiminnoista mahdollisista esteistä huolimatta. Toimintaterapeuteilla on osaamista toiminnan terapeuttisesta käytöstä. (Launiainen & Lintula 2003, 7–8.) Piercen (2003, 11, 307) mukaan toiminnan terapeuttisen voiman muodostaa toiminnan vetoavuus, ainutlaatuisuus ja täsmällisyys. Toiminnan vetoavuus tarkoittaa sitä, kuinka kiinnostavaksi henkilö kokee toiminnan. Toiminnan ainutlaatuisuudella tarkoitetaan toiminnan ympäristöllisiä tekijöitä ja täsmällisyys kuvaa toimintaterapeutin tuomaa asiantuntijuutta. Toimintaterapian näkemyksen mukaan toimintojen tulee olla henkilölle merkityksellisiä sekä tarkoituksenmukaisia (Hagedorn 2000, 71; Nelson 1996, 775).

2.3 Nuoren toiminnalliset ympäristöt

Kielhofnerin (2008, 131–132) mukaan nuoruuteen kuuluu säilyttää tunne omasta vaikuttamisesta samalla, kun ympäristön odotukset muuttuvat. Toimintaterapian käsityksen mukaan on oleellista, että tehtävän ja ympäristön vaatimukset ovat tasapainossa suhteessa henkilön taitoihin (Hagedorn 2000, 60). Mielenkiinnonkohteet muuttuvat nuoruuden aikana ja niihin vaikuttaa sosiaalinen ympäristö. (Kielhofner 2008, 132.)

Nuoret tarvitsevat ikätovereitaan ja ystävän rooli on nuorelle tärkeä (Aalberg & Siimes 2007, 129; Kielhofner 2008, 132; Simons 2005, 226). Kavereiden merkitys on keskeinen nuoren persoonallisuuden kehittymiselle ja ryhmään kuuluminen on välttämätöntä nuoren identiteetin muodostumisen kannalta. (Aalberg & Siimes 2007, 70–73.) Vertaisryhmien muodostaminen on luontaista nuoruusiässä. Ryhmien avulla nuoret jakavat mielipiteitään ja ajatuksiaan sekä voivat osallistua

aktiivisesti. Kavereiden kanssa nuori voi harjoitella sosiaalisia taitoja, saada vertaistukea muilta nuorilta ja kokea yhteenkuulumisen tunteita. Ryhmät vähentävät eristyneisyyden tunteita ja antavat mahdollisuuden luoda uusia ihmissuhteita. (Flanigan 2001, 155, 165.) Ryhmät mahdollistavat myös rajojen kokeilua, impulssien purkamista sekä niiden hallitsemisen opettelua. Ryhmässä nuoren itsevarmuus lisääntyy ja ryhmän jäsenyys antaa toiminnan vapauden. (Aalberg & Siimes 2007, 70–73.)

Nuoruus on ristiriitaista aikaa, sillä toisaalta nuori haluaa rajoja ja läheisyyttä perheenjäseniltä, toisaalta taas itsenäisyyttä ja tulla kohdelluksi aikuisena (Pownall 2001, 40). Nuoret tarvitsevat aikuisia asettamaan heille rajoja, joita nuori voi kokeilla toistuvasti ja saada sitä kautta sisäisen turvallisuudentunteen. Lisäksi nuoret kaipaavat aikuisten läsnäoloa ja sitä, että heistä pidetään. (Aalberg & Siimes 2007, 129–130.) Nuorten itsenäistymistarpeen vuoksi nuorten voi olla vaikea ottaa vastaan apua aikuisilta (Flanigan 2001, 157–158). Lapsuuteen verrattuna nuori toimii enemmän yhteisöjen ja yhteiskunnan tasolla, joten nuoruuden aikana ympäristöt laajenevat ja muuttuvat monimutkaisemmiksi (International classification of functioning, disability and health: Children and youth version: ICF-CY, Xvi).

3 TOIMINNAN VAIKUTUS HYVINVOINTIIN

Seuraavassa luvussa käsitellään toiminnan suhdetta hyvinvointiin yleisesti. Toiminnan ja hyvinvoinnin välistä yhteyttä on kuvattu myös toiminnallisten tarpeiden sekä toiminnallisen oikeudenmukaisuuden ja epäoikeudenmukaisuuden käsitteitä hyödyntäen.

3.1 Toiminta ja hyvinvointi

Toiminta on yksi ihmisen perustarpeista (Reed & Sanderson 1999, 33–34). Hyvinvointia tukee henkilön monipuolinen osallistuminen jokapäiväisiin toimintoihin (Hagedorn 2000, 69; Wilcock 2006, 1; Riley, 2010, 17). Toiminnan kautta ihminen saa kokemuksia ja hyödyntää omaa ympäristöä terveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa (Hagedorn 2000, 66). Yksilö voi vaikuttaa omaan tulevaisuuteensa, terveyteensä ja hyvinvointiinsa tekemiensä valintojen kautta (Joutsivuo 2005, 228). On hyvä huomioida, että jokainen määrittelee hyvinvoinnin yksilöllisesti (Wilcock 2010, 113).

Toiminnallinen tyytyväisyys, merkitykselliset ja tarkoituksenmukaiset toiminnot sekä tasavertaista osallistumista edistävät ympäristöt tukevat hyvinvointia. Hyvinvointia lisäävät myös toiminnot, joihin liittyy kokemuksia yhteenkuuluvuudesta, turvallisuudesta ja valinnanmahdollisuuksista. (Wilcock 2010, 115.) Hyvinvoinnin kannalta on myös oleellista, että henkilöllä on mahdollisuus oppia suoriutumaan uusista toiminnoista (Hagedorn 2001, 130). Myös sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen mahdollistavat toiminnot tukevat henkilön sosiaalista hyvinvointia (Wilcock 1998, 104).

3.2 Toiminnalliset tarpeet

Toiminnallisiin tarpeisiin vastaavat toiminnot sekä stressiä vähentävät toiminnot edistävät hyvinvointia (Christiansen & Townsend 2010, 11). Myös Doblen ja Santhan (2008, 184) mukaan toiminnalliset tarpeet ovat keskeisessä roolissa, kun puhutaan toiminnallisesta hyvinvoinnista. Toiminnallisiin tarpeisiin kuuluvat aikaansaamisen tarve, vahvistamisen tarve, vaikuttamisen tarve, tarve saavuttaa koossapysymisen ja yhtenäisyyden tunne, kumppanuuden tarve, tarve kokea mielihyvää sekä uudistumisen tarve. Toiminnallinen hyvinvointi muodostuu siitä, että henkilön toiminnalliset tarpeet ovat tyydytetty.

Henkilö voi kokea aikaansaamisen (*accomplishment*) tunnetta, kun hän kehittyy tai oppii uusia taitoja, auttaa muita tai kun hänen toiminnallaan on konkreettinen lopputulos. Aikaansaamisen tunnetta voi kokea myös silloin, kun myötäelää muiden aikaansaamisen kokemuksia, suunnittelee toimintoja tai reflektoi omia saavutuksiaan. Aikaansaamisen tunteeseen voi vaikuttaa myös toimintaympäristö, joka tukee toiminnasta suoriutumista tai tekee toiminnan normaalia haastavammaksi. (Doble & Santha 2008, 186.)

Vahvistamisen (*affirmation*) tarve on läsnä silloin, kun toiminnot mahdollistavat oman arvon tuntemista. Henkilö kokee vahvistamista yleensä silloin, kun muut ilmaisevat henkilön toimintaa kohtaan hyväksyntää ja arvostusta. Vahvistuksen tunne voi olla lähtöisin myös henkilöstä itsestään, kun henkilö tunnistaa omia saavutuksiaan tai epäitsestä käytöstään. Vaikuttamisen (*agency*) tarve täytyy, kun henkilö kokee voivansa vaikuttaa hänelle tärkeisiin asioihin. Vaikuttamisen tunnetta edistää toimintoihin ja ajankäyttöön liittyvät valinnat sekä rutiinien muodostaminen. (Doble & Santha 2008, 186–187.)

Koossapysymisen ja yhtenäisyyden (*coherence*) kokemus muodostuu silloin, kun henkilö saa toiminnallisten kokemusten kautta tiedostaa kuka hän on ja millaiseksi hän haluaa tulla. Koherenssin kokemuksia voi tuntea silloin, kun toiminnassa yhdistyvät menneisyys, nykyhetki ja tuleva. Kumppanuuden (*companionship*) kokemukseen sisältyy tunne siitä, että kuuluu johonkin. Kumppanuuden kokemus muodostuu silloin, kun toimii yhdessä henkilöiden kanssa, jotka jakavat samanlaisia arvoja, kokemuksia, mielenkiinnonkohteita ja tavoitteita. (Doble & Santha 2008, 187.)

Mielihyvän (*pleasure*) kokemuksia mahdollistavat toiminnot, joihin liittyy tyytyväisyyden, onnen ja ilon kokemuksia. Mielihyvän kokemukset ovat voimakkaampia, jos henkilö antaa itselleen luvan uppoutua hetkeen ja unohtaa senhetkiset stressitekijät. (Doble & Santha 2008, 187.) Uudistumisen (*renewal*) kokemuksia syntyy, kun henkilö osallistuu toimintaan, joka tarjoaa tunteen sisäisestä rauhasta, huolettomuudesta, helpotuksesta ja mielen selkeydestä. Tällaisen toiminnan kautta henkilö voi saada lisää energiaa ja hän kokee itsensä virkistyneeksi. (Weinblatt & Avrech-Bar 2003, 227.) Myös Wilcockin (1998, 104) mukaan hyvinvoinnin kannalta on keskeistä, että elämässä on aikaa hiljaisuudelle ja pohtimiselle.

Doble ja Santha (2008, 185–188) korostavat yksilöllisiä kokemuksia toiminnasta ja toiminnallinen tasapaino on subjektiivinen kokemus, joka syntyy kun toiminnallisiin tarpeisiin vastataan. Toiminnallista hyvinvointia tukee toimintojen valitseminen ja jäsentäminen siten, että ne vastaavat henki-

lön toiminnallisiin tarpeisiin. Doble & Santha esittävät, että toiminnalliset tarpeet ovat samanlaiset kaikilla, mutta toiminnallisten tarpeiden tärkeys ja niiden väliset suhteet ovat yksilölliset. Esimerkiksi toisen henkilön tarve kumppanuuden kokemuksille voi olla suurempi kuin toisen. Toiminnalliset tarpeet voivat myös vaihdella elämän aikana. Yhden toiminnan kautta henkilö voi vastata useampaan toiminnalliseen tarpeeseen. Yksilölliset tekijät kuten odotukset, pätevyys, mieliala, asenteet ja aikaisemmat kokemukset vaikuttavat siihen, miten henkilö pystyy vastaamaan toiminnallisiin tarpeisiinsa. Myös ympäristöllä on vaikutusta siihen, miten henkilö pystyy osallistumaan tarpeita tyydyttäviin toimintoihin.

3.3 Toiminnallinen oikeudenmukaisuus ja epäoikeudenmukaisuus

Toiminnallisella oikeudenmukaisuudella (*occupational justice*) tarkoitetaan sitä, että yksilön toiminnalliset tarpeet otetaan huomioon ja yksilöllä on tasavertaiset mahdollisuudet osallistua itselle merkityksellisiin toimintoihin. Toiminnallinen oikeudenmukaisuus korostaa yksilön omien voimavarojen käyttämistä ja erilaisuuden kunnioittamista. (Wilcock & Townsend 2000, 80, 84.) Toiminnallisia oikeuksia ovat oikeus kokea toiminta tarkoituksellisenä ja rikastuttavana, oikeus kehittyä osallistumalla toimintaan, oikeus autonomiaan eli oikeus turvautua omaan vaikutusvaltansa toimintojen valinnassa sekä oikeus toimintojen monimuotoisuuteen. (Wilcock & Townsend 2004, 80.)

Toiminnallinen epäoikeudenmukaisuus tapahtuu silloin, kun toiminnalliset oikeudet tai jokin toiminnallinen oikeus ei toteudu. Toiminnallinen epäoikeudenmukaisuus sisältää eri muotoja: toiminnallisen loitontumisen (*occupational alienation*), toiminnallisen deprivaaation (*occupational deprivation*), toiminnallisen marginalisaation (*occupational marginalization*) sekä toiminnallisen epätasapainon (*occupational imbalance*). (Wilcock & Townsend 2004, 80.)

Toiminnallinen loitontuminen tapahtuu, kun yksilö tai ryhmä ei koe toimintoja mielekkäänä ja heidän on osallistuttava itselle merkityksettä toimintoihin. Se liitetään muun muassa tarkoituksettomuuden tunteeseen, eristäytymiseen ja positiivisen tunteen puuttumiseen omasta identiteetistä. (Wilcock & Townsend 2004, 80–81.) Toiminnallisessa deprivaatiossa ihminen ei voi osallistua itselle merkityksellisiin toimintoihin itsestään riippumattomista syistä. Toiminnallista deprivatiota voivat kokea yhteiskunnan huonompiosaiset kuten työttömät, köyhyydessä elävät ihmiset, vangit ja naiset. (Wilcock 1998, 145.) Toiminnallinen marginalisaatio tarkoittaa sitä, että henkilö ei voi itse päättää, mihin toimintoihin osallistuu. Toiminnallinen epätasapaino tarkoittaa tasapainottomuutta toimintojen välillä eli toimintojen monimuotoisuus ei onnistu (Wilcock & Townsend 2004, 81–82.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TEHTÄVÄ

Tutkimuksen **tarkoituksena** on kuvata 15-vuotiaiden nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta. Tutkimuksen kautta saamme tietoa siitä, millaiset toiminnot ovat nuorille merkityksellisiä ja tärkeitä sekä millaiseksi nuoret kuvaavat toiminnallista osallistumistaan. Lisäksi tutkimuksen kautta selviää, millaiset tekijät rajoittavat nuorten toiminnallista osallistumista.

Tutkimuksen **tehtävänä** on kuvailla

Millaiseksi 15-vuotiaat nuoret kuvaavat toiminnallista osallistumistaan?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Seuraava luku käsittelee tutkimuksen taustalla vaikuttavaa tutkimusmetodologiaa, tiedonantajien valintaa, aineiston keruuta sekä analyysiä. Luku sisältää kuvauksen tutkimuksen toteuttamisesta sekä perustelut tutkimusprosessin aikana tehdyille valinnoille.

5.1 Tutkimusmetodologia

Tutkimuksemme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus, joten sen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen (ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161). Laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään tutkimusaineistoa ja viemään alkuperäistä ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä käsitteellisemmälle tasolle (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom–Ylänne & Paavilainen 2011, 83). Laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että tutkittavasta ilmiöstä on olemassa vähän tietoa (Kylmä & Juvakka 2007, 30). Valmistavaa seminaarintyötä tehdessämme aineistoa nuorten hyvinvoinnin edistämisestä toimintaterapian näkökulmasta löytyi niukasti, joten aihetta on perusteltua tutkia lisää laadullisin menetelmin.

Tutkimuksemme on kuvaileva eli sen pääasiallinen tehtävä on kuvailla tutkittavaa ilmiötä nuorilta kerätyn aineiston perusteella (ks. Soininen 1995, 80). Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on ymmärtää tutkimuksen kohteena olevia ilmiöitä tutkimukseen osallistuvien subjektiivisesta näkökulmasta (Kylmä & Juvakka 2007, 29). Laadullinen tutkimus sopii toimintaterapian opinnäytetyöhömme, sillä toimintaterapian näkemys korostaa yksilöllisyyden huomioimista (ks. Launiainen & Lintula 2003, 7–8). Tutkimuksen lähtökohtana on ymmärtää tutkimukseen osallistuvien nuorten subjektiivisia kokemuksia tutkittavasta ilmiöstä. Haastattelutilanteessa korostimme nuorten kokemusten tärkeyttä. Kokemus muodostuu henkilön, hänen toimintansa sekä toiminnan kohteen välisestä merkityssuhteesta (Perttula 2005, 116).

Ontologia vastaa kysymykseen, millainen käsitys tutkijalla on tutkimuskohteestaan. Kun tutkimuskohteena on ihminen, ontologisen erittelyn tuloksena tutkimuksen tekemisessä on ihmiskäsitys. (Hirsjärvi ym. 2009, 126.) Laadullisessa tutkimuksessa korostetaan kokonaisvaltaisuutta eli sitä, että ihmistä pitäisi katsoa kokonaisuutena, osana jotakin todellisuutta (Ronkainen ym. 2011, 83). Laadullisen tutkimuksen pyrkimys ymmärtää todellisuutta kokonaisvaltaisesti sopii yhteen toimintaterapian holistisen ihmiskäsityksen kanssa (ks. Reed & Sanderson 1999, 31, 39). Toimintater-

pian ihmiskäsityksen mukaan ihminen voi vaikuttaa omaan tulevaisuuteensa, terveyteensä ja hyvinvointiinsa tekemiensä valintojen kautta (Toimintaterapeutin ammatinkuvaus 2004, 228). Tulevina toimintaterapian ammattilaisina ihmiskäsityksemme on yhdenmukainen toimintaterapian ihmiskäsityksen kanssa. Mielenkiinto on nuorten yksilöllisissä kokemuksissa, ja tutkimuksessa korostuu nuorten kokonaisvaltainen huomioiminen.

Epistemologia käsittelee tietämisen alkuperää, luonnetta sekä tiedon muodostumista. Epistemologisesti tarkastellaan, millä metodisella otteella pystytään parhaiten lähestymään valittua tutkimuskohdetta. (Hirsjärvi ym. 2009, 124, 130–131.) Haastattelumenetelmän valintaan voi vaikuttaa näkemys ihmisestä ainutlaatuisena yksilönä sekä pyrkimys päästä lähemmäksi tutkittavien henkilöiden kokemuksia ja ajatuksia. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 16). Ryhmähaastattelu valikoitui tutkimukseemme tiedonkeruumenetelmäksi sen vuoksi, että sen avulla voidaan saada nuorilta kokemuksellista tietoa toimintaan osallistumisesta. Oletuksena on ollut, että ryhmähaastattelun käyttö rikastuttaa tutkimusaineistoa, sillä ryhmämuotoinen haastattelu kannustaa nuoria keskusteluun.

Laadullisen terveystutkimuksen näkökulma on tärkeä, kun pyritään edistämään ihmisten terveyttä ja auttamaan heitä terveysongelmissa muun muassa kehittämällä terveystalvveluja sekä terveydenhuollon toimintaa (Kylmä & Juvakka 2007, 9). SOHVI-hankkeen tarkoituksena on kerätä tutkimustietoa syrjäytymisvaarassa olevista henkilöistä ja kehittää syrjäytymistä ehkäiseviä palveluita Suomessa tutkimustiedon avulla (Sohvi-hanke käynnistyy, hakupäivä 30.8.2012). Ajattelemme, että laadullista tutkimustietoamme voidaan jatkossa käyttää nuorten syrjäytymistä ehkäisevien terveystalvveluiden kehittämiseen.

5.2 Tiedonantajien valinta

Laadullisen tutkimuksen osallistujat valitaan tarkoituksenmukaisuuden perusteella eli tutkimukseen valitaan niitä henkilöitä, joilla on kokemusta tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä (Kylmä & Juvakka 2007, 26; Sarajärvi & Tuomi 2009, 73–74; Casey & Krueger 2000, 10).

Tutkimuksemme tiedonantajat valikoituivat pieneltä paikkakunnalta, joka on mukana SOHVI-hankkeessa. Olimme yhteydessä SOHVI-hankkeen yhteyshenkilöön keväällä 2012 ja sovimme yhteistyöstä hankkeen kanssa. Syyskuussa 2012 osallistuimme SOHVI-hankkeen työpajaan, jossa esittelimme tutkimussuunnitelman. Kokouksessa varmistui yhteistyökoulu, josta saimme

osallistujat tutkimukseen. Olimme yhteydessä koulun kuraattorin, terveydenhoitajan, vararehtorin ja rehtorin kanssa osallistujien järjestämiseksi. Laadimme saatekirjeen (LIITE 1) nuorille ja heidän vanhemmilleen, missä on lisätietoa tutkimuksen aiheesta sekä haastattelun toteutuksesta, ajankohdasta ja paikasta. Saatekirje välitettiin nuorille koulun henkilökunnan kautta. Lupa nuorten vanhemmilta anottiin terveystutkimuksen yhteydessä erillisellä suostumuslomakkeella. Nuoret allekirjoittivat oman suostumuksensa tutkimukseen ennen haastattelun aloittamista.

Kriteerimme tutkimukseen osallistujille olivat 15 vuoden ikä sekä halukkuus osallistua tutkimukseen ja keskusteluun tutkimuksen aiheesta. Lisäksi oletuksemme oli, että nuoret ovat syrjäytymisvaarassa. Tästä emme voi olla täysin varmoja, joten eettisistä syistä käsittelemme tuloksia yleisesti nuorten näkökulmasta. Tiedonantajiksi tutkimukseen valikoitui 3 tyttöä ja 1 poika varahenkilöksi sairastumisien tai peruuntumisien vuoksi. Haastattelupäivänä eräs ilmoittautuneista tytöistä oli sairas ja toisella tytöllä oli päällekkäinen lääkäriaika, joten lopulta tutkimukseen osallistui 1 tyttö ja 2 poikaa. Koska emme tunteneet haastateltaviamme etukäteen, emme osanneet arvioida heiltä saadun aineiston määrää. Oletuksemme oli, että kolmen osallistujan avulla saamme riittävän laajan aineiston tutkimusta varten. Tutkimukseen osallistuvat nuoret tunsivat toisensa etukäteen.

5.3 Aineiston keruu

Tutkimuksen aineisto kerättiin avoimen ryhmähaastattelun avulla. Avoimessa haastattelussa on määritelty vain ilmiö, jota haastattelutilanteessa käsitellään (Sarajarvi & Tuomi 2001, 75–76). Avointa haastattelua käyttämällä tutkimustuloksissa korostuivat nuorten esille tuomat aiheet tutkitavasta ilmiöstä. Tutkimustehtävän kannalta oli oleellista, etteivät valmiit teemat tai teoriat ohjaa tiedonantajien ajatuksia, kokemuksia ja tunteita haastattelutilanteessa liikaa.

Ryhmähaastattelua käytetään yleensä silloin, kun tavoitteena on kehitellä uusia ideoita ja ryhmähaastattelun avulla saatua tietoa voidaan hyödyntää palveluiden kehittämisessä (Casey & Krueger 2000, 4,12,15; Hirsjärvi & Hurme 2009, 62). SOHVI-hankkeen tuloksia on tarkoitus hyödyntää palveluiden kehittämisessä, joten ryhmähaastattelun käyttö oli tarkoituksenmukaista myös yhteistyökumppanin tarpeita ajatellen. Ryhmähaastattelun käyttö tutkimuksessa oli perustelua myös aikataulutuksellisista syistä, sillä ryhmähaastattelun avulla saadaan nopeasti tietoa usealta vastaajalta samanaikaisesti (ks. Hirsjärvi & Hurme 2009, 35, 43). Ryhmähaastattelun käyttö nuorten kanssa oli luontevaa, koska ryhmään kuuluminen on ominaista nuoruusiässä (ks. Aalberg & Sii-

mes 2007, 70–73). Tiedonkeruumenetelmän valintavaiheessa otimme huomioon, että nuoret eivät välttämättä pidä siitä, että heidän asioitaan udellaan. Myös tästä syystä ryhmähaastattelu oli tarkoituksenmukainen, koska sitä pidetään hyödyllisenä tiedonkeruumenetelmänä silloin, jos tiedonantajat arastelevat haastattelua (ks. Hirsjärvi ym. 2009, 221).

Ennen aineiston keruuta suunnittelimme haastattelutilanteen sisältöä ja pohdimme, minkälaisien kysymyksien avulla saisimme parhaiten tutkimustehtävän kannalta luotettavaa ja olennaista tietoa nuorilta (ks. Sarajärvi & Tuomi 2001, 75–76). Aineisto kerättiin lokakuussa 2012 ja haastattelu toteutui nuorten koulun tiloissa aamupäivällä kello 9 – 11.30. Haastattelutilanteen tallentamisessa hyödynnettiin nauhoituslaitteita (ks. Casey & Krueger 2000, 105). Haastattelutilanteen alussa varmistimme, että nuoret olivat tietoisia siitä, mihin he ovat osallistumassa. Alussa muistutettiin osallistumisen vapaaehtoisuudesta, vaitiolovelvollisuudesta sekä yksityisyyssuojasta. Tämän jälkeen teimme harjoituksen, jossa sanoimme oman nimemme yhdistettynä jokaisen itse keksimään taputusrytmiin. Seuraavaksi osallistujia pyydettiin valitsemaan sen hetkisen olotilan mukaan kuvakortti ja jokainen sai yksitellen kertoa, miksi valitsi juuri sen kortin. Harjoitusten tarkoituksena oli rentouttaa tunnelmaa ja tukea nuorten orientoitumista tilanteeseen. Lisäksi harjoitusten tavoitteena oli haastattelijoiden ja tiedonantajien tutustuminen toisiinsa, joka edistää tiedonantajien osallistumista keskusteluun (ks. Leskinen 2010, 13).

Varsinaisen tutkimusaiheen käsittely alkoi kollaasin valmistuksella. Nuorille annettiin seuraavainen ohjeistus kollaasin valmistukseen: *Tarkoituksena tehdä kuvakollaasi asioista, tekemisestä ja paikoista, jotka ovat teille tärkeitä. Voit kuvata asioita, ihmisiä ja tekemistä, joista tulee hyvä, onnellinen, turvallinen tai toiveikas olo tai, jotka ovat hyväksi sinun terveydelle. Voit ottaa kuvia asioista, joita teet arkena, viikonloppuna ja lomalla. Jos kuvista ei löydy juuri oikeita kuvia, voit myös piirtää tai kirjoittaa.* Kuvakollaasiin nuoret valitsivat valmiiksi lehdistä leikattuja kuvia ja muodostivat tehtävänantoon vastaavan kokonaisuuden. Valitsimme kuvakollaasin tekemisen, koska kollaasia tehdessä käsiteltävä aihe elää mielessä ja alitajunnassa (ks. Järvilehto & Kiiski 2009, 83). Kuvien tarkoituksena oli auttaa haastatteluun osallistujia palauttamaan mieleen tutkitavan ilmiön kannalta tärkeitä asioita (ks. Kylmä & Juvakka 2007, 81). Kuvakollaasi valittiin myös siksi, että nuori tutkii ja ilmaisee asioita toiminnan avulla ja toiminta kannustaa nuorta puhumaan asioista (ks. Kallonen 1998, 81–83). Lisäksi oletuksemme oli, että kollaasi konkretisoi tutkimusaihetta osallistuville nuorille. Kollaasin teko on myös kustannustehokas valinta, koska siihen tarvittavat välineet ovat edullisia ja kierrätysmateriaalia. Huolehdimme kollaasin tekoon tarvittavat tavarat ja välineet paikan päälle.

Nuoret osallistuivat kollaasiin tekoon oma-aloitteisesti ja kollaasit valmistuivat nopeasti, vaikka kuvia valittiin harkiten. Nuoret keskittyivät oman kollaasin valmistamiseen ja keskustelu heidän välillään oli vähäistä. Seuraavaksi jokainen esitteli oman työnsä ja kertoi valitsemistaan kuvista sen verran kuin halusi. Haastattelutilanteessa kollaasit tukivat keskustelun aloittamista sekä edistivät keskustelun ylläpitämistä. Esitimme tarkentavia kysymyksiä kuviin liittyen, kuten ”mikä tekee kyseisestä toiminnasta sinulle erityisen?”. Avoimen haastattelun luonteen mukaisesti pyrimme esittämään avoimia kysymyksiä ja säilyttämään keskustelun sisällön tutkimustehtävän kannalta oleellisissa aiheissa (ks. Sarajärvi & Tuomi 2001, 75–76). Ryhmähaastattelussa korostuu haastattelijan vastuu siitä, että jokaisella jäsenellä on mahdollisuus osallistua keskusteluun (Hirsjärvi & Hurme 2009, 61, 63). Otimme tämän huomioon esittämällä kysymyksiä jokaiselle tiedonantajalle tasapuolisesti. Nuorten oma-aloitteinen osallistuminen keskusteluun oli niukkaa, mutta he rohkaistuivat jakamaan kokemuksiaan kysyttäessä ja kannustettuna. Nuoria haastateltaessa on erityisen tärkeää korostaa sitä, että nuoresta ja hänen mielipiteistään ollaan todella kiinnostuneita (Hirsjärvi & Hurme 2009, 132–133). Korostimme haastattelun alussa sekä haastattelun aikana, että olemme kiinnostuneita nuorten ajatuksista ja mielipiteistä eikä vääränlaista tietoa ole.

5.4 Aineiston analyysi

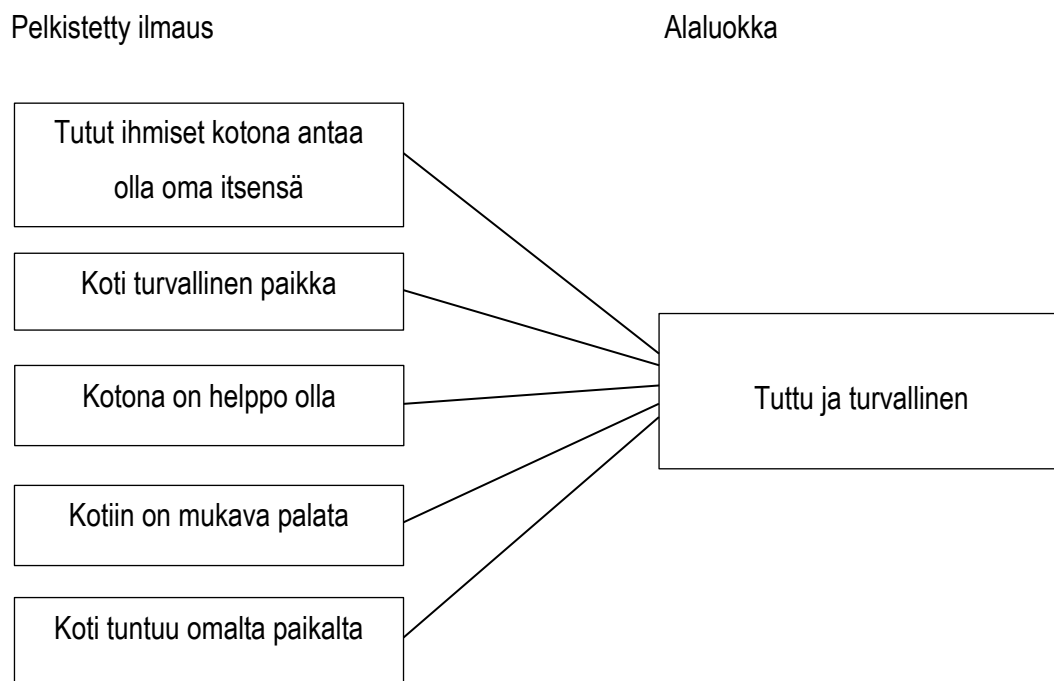
Analysointivaiheessa analysoimme kollaasien teon pohjalta syntyneen keskustelun sisältöä. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, jonka avulla pyritään muodostamaan tutkittavasta ilmiöstä tiivis ja yleisessä muodossa oleva kuvaus. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi valikoitui aineiston analyysimenetelmäksi, koska sitä voidaan hyödyntää strukturoimattomankin aineiston analyysiin ja avoimen haastattelun avulla kerätty aineisto on suhteellisen jäsentymätöntä (ks. Sarajärvi & Tuomi 2009, 91, 103.) Tavallisimmin käytetty analyysiyksikkö on aineiston yksikkö: sana, lause, lauseen osa, ajatuskokonaisuus tai sanayhdistelmä (Latvala & Vanhanen—Nuutinen 2001, 25). Tutkimuksen analyysiyksiköksi valikoitui lauseen osa, joka on valittu vastaamaan tutkimuksen tarkoitusta ja tehtävänasettelua (ks. Sarajärvi & Tuomi 2009, 95).

Ennen analysointivaihetta nauhoitettu aineisto litteroitiin kirjalliseen muotoon. Litteroinnin aikana sekä litteroinnin jälkeen aineistoon perehdyttiin huolellisesti kokonaiskuvan muodostamiseksi. Ajan säästämiseksi jaoimme aineiston kahteen osaan, litteroimme oman osuutemme ja tarkistimme litteroidun aineiston ristiin virheiden ja aineiston katoamisen välttämiseksi. Haastattelusta kertyi materiaalia yhteensä 17 A4-kokoista sivua, fonttikoolla 12 ja rivivälillä 1,5. Laadullisen tutkimuksen aineistolähtöisessä analyysissä aineisto redusoidaan eli siitä pelkistetään tutkimuksen

kannalta epäolennainen tieto pois joko tiivistämällä tai pilkkomalla (Sarajärvi & Tuomi 2009, 109). Litteroidusta aineistosta poistettiin täytesanat sekä ilmauksista jätettiin jäljelle tutkimustehtävään liittyvä tieto. Seuraavaksi ilmaukset pelkistettiin pyrkien säilyttämään alkuperäisilmauksen sisältö.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus
Varmaan tutut ihmiset ja sitte ku, ne ihmiset niin ku tuntee sut, ku tuntenut niin ku koko ikä-sä, niin ei tartte niille näyttää mittää.	Tutut ihmiset kotona antaa olla oma itsensä

Seuraavassa vaiheessa aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään pelkistetyistä ilmaisuista alaluokiksi (KUVIO 1) (Sarajärvi & Tuomi 2009, 110).



KUVIO 1. Esimerkki aineiston klusteroinnista

Aineiston klusteroinnin jälkeen seuraa aineiston abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden muodostaminen. Alaluokat ryhmitellään yläluokiksi, yläluokat edelleen pääluokiksi ja pääluokista muodostetaan ryhmittelyä yhdistävät luokat. Abstrahointivaiheessa tuloksista muodostettiin aineistoa kuvaavia käsitteitä niin pitkälle kuin se oli tarkoituksenmukaista. Tuloksissa on kuvattu luokittelun tausta (KUVIOT 2–5) sekä käsitteiden sisällöt. (ks. Sarajärvi & Tuomi 2009, 111–113.)

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimusaineistosta muodostui kolme pääluokkaa ja yksi yläluokka, jotka vastaavat tutkimustehtävään: Millaiseksi 15-vuotiaat nuoret kuvaavat toiminnallista osallistumistaan? Tutkimuksen tulokset on esitelty ja otsikoitu pääluokkien ja yhden yläluokan mukaisesti. Aineiston pääluokat on esitelty tekstissä lihavoinnilla ja alleviivauksella, yläluokat **lihavoinnilla** ja alaluokat alleviivauksella. Tulosten raportoinnissa on hyödynnetty suoria lainauksia, jotka on eroteltu tekstistä *kurssivoinnilla* ja sisennyksillä. Suorissa lainauksissa asiayhteyttä selittävä sana on ilmaistu (sulkeissa). Tutkimustulosten analyysia ja luokkien muodostamista on havainnollistettu kuvioiden avulla.

6.1 Omannäköinen elämä

Vastauksissaan nuoret kuvasivat toimintaan osallistumisen mahdollistavan omannäköisen elämän muodostamista. Pääluokka **omannäköinen elämä** (KUVIO 2) jakautui yläluokkiin **etteenpäin pyrkiminen**, **sisäinen prosessi** ja **riippumattomuus**.

Aineiston mukaan **etteenpäin pyrkimiseen** liittyy oma vaikuttaminen ja omat valinnat ja suuntautuneisuus tulevaisuuteen. Omaan vaikuttamiseen nuoret liittivät oman mielipiteen ilmaisemisen. Lisäksi nuorille oli tärkeää, etteivät he ole muiden käskytettävänä. Nuorten kokemus oli, että omalla työllä ansaittu raha tuo päätösvaltaa.

Onhan se ihan mukava (päättää omista asioista). Ettei niin ku koko ajan käskytetä, että tee sitä ja tee tätä ja silleen. On niin ku omaki päätösvalta.

Tekkee töitä sen (rahan) etteen niin ansaitsee sitte sen. Ei saa mistään turhasta sitä rahhaa. Päätösvaltaa sillä rahalla sitte, että mihin sen käyttää.

Pittäähä sitä elämässä mennä etteenpäin, ommaa mielipijettä esittämäänsä. Että jos aina alistetaan, niin ei sekkää oo oikein.

Suuntautuneisuus tulevaisuuteen tarkoittaa, että perhe-elämän kautta ja kotitöihin osallistumalla nuori oppii käytöstapoja ja saa mallia tulevaisuutta varten. Osa nuorista koki, että tulevaisuuden päätöksiä miettii nykyään enemmän järjellä ja elämää suunnittelee pitkäjänteisemmin.

Ennen ehkä höselsi jotenki ja meni vaan etteenpäin ja ei miettiny kaikkee. Suunnittelee tavallaan. Ei mieti vaan huomista vaan kattoo jo sitä ylihuomista.

Onha se hyvä siivota kotona, hyvä lähtökohta siihen omaan asunnon ostamiseen ja muuttamiseen pois kotoa. (Kotona) näkkee vähän mallia tulevaisuutta varten. Opetetaan tavoille ja näkkee sitä perhe-elämää.

Sisäiseen prosessiin liittyy sisäinen palaute sekä negatiivisten ajatusten ja tunteiden selkiyttäminen. Osa nuorista koki, että toiminnassa onnistuminen tai epäonnistuminen vaikuttaa heidän tunnetilaansa. Onnistuessaan nuoret olivat tyytyväisiä työpanokseensa ja he kokivat onnistumisen lisäävän uskoa omaan kykyihin.

Joskus tulee tosi hyvä olo, jos mää opin jonku soittamaan ja sitte, jos en opi, niin alkaa tympimään.

Se on varmaan aivan mukava tunne (jos pärjää koulussa). Siitä tulee tosi hyvä mieli ja tietää, että on osannu sen asian. Uskoo itseensä.

Jos on panostanu paljon ja tietää, että meni huonosti, nii se vähän maahan lyö jollain tappaa.

Negatiivisten ajatusten ja tunteiden selkiyttämiseen liittyi olennaisesti asioiden käsittely omassa rauhassa. Osa nuorista kertoi myös eläinten seuran rauhoittavan. Osa nuorista koki luonnon ympäristönä mahdollistavan ajatusten selkiyttämistä.

Varmaa nukkumaan, otan nokoset päivällä. Meen vaikka sänkyyn loikoileen (jos menee huonosti tai on pahalla päällä). Oon rauhassa tai lähen johonki ommaan rauhaan.

Oikeestaan sitä oman pään sisällä vaan aattelee, ei ala muille valittamaan siitä (huolista). Itkeseen aattelen asiat. En muille puhu varmaan.

Oon hiljaa. Mietti niitä asioita.

Käyn (pilkillä). Se on ainaki hyvä paikka selvittää ajatuksia, yksinäisyydessä, hiljaisuudessa.

Aineistossa **riippumattomuus** kuvataan omana aikana, joutilaisuutena sekä vapautena ja yksityisyytenä. Nuoret kuvaavat oman ajan tärkeäksi, sillä silloin ei ole velvollisuuksia ja saa vain olla. Osa nuorista koki väsyvänsä, jos omaa aikaa ei ole riittävästi.

Oma aika on tärkeätä.

Silleen, että on ommaa aikaa, että on tehny kaikki läksyt ja tämmöset, että saa vaan olla.

Varmaan alkaa väsymään siinä, jos pitää koko ajan jotaki olla tekemässä ja sitte, jos on koulun joku koejuttu ja sitte sitä pönttää monta tuntia, niin siinäki tulee semmonen väsyminen.

Joutilaisuus tarkoittaa, että toiminnan avulla kulutetaan aikaa, jolloin toiminnan lopputulos on toisarvoinen asia. Joutilaisuuteen voi liittyä kokemus mukavasta oleskelusta. Toisinaan toimitaan motivoi tylsyyden kokemus.

Joskus voi mennä vaikka koko päiväkin (kun mennään pilkille). Saattaa vaikka viiden maissa lähtä aamulla, kerran isäni kans tuli lähettyä. Semmosta mukavaa. Oleskelua.

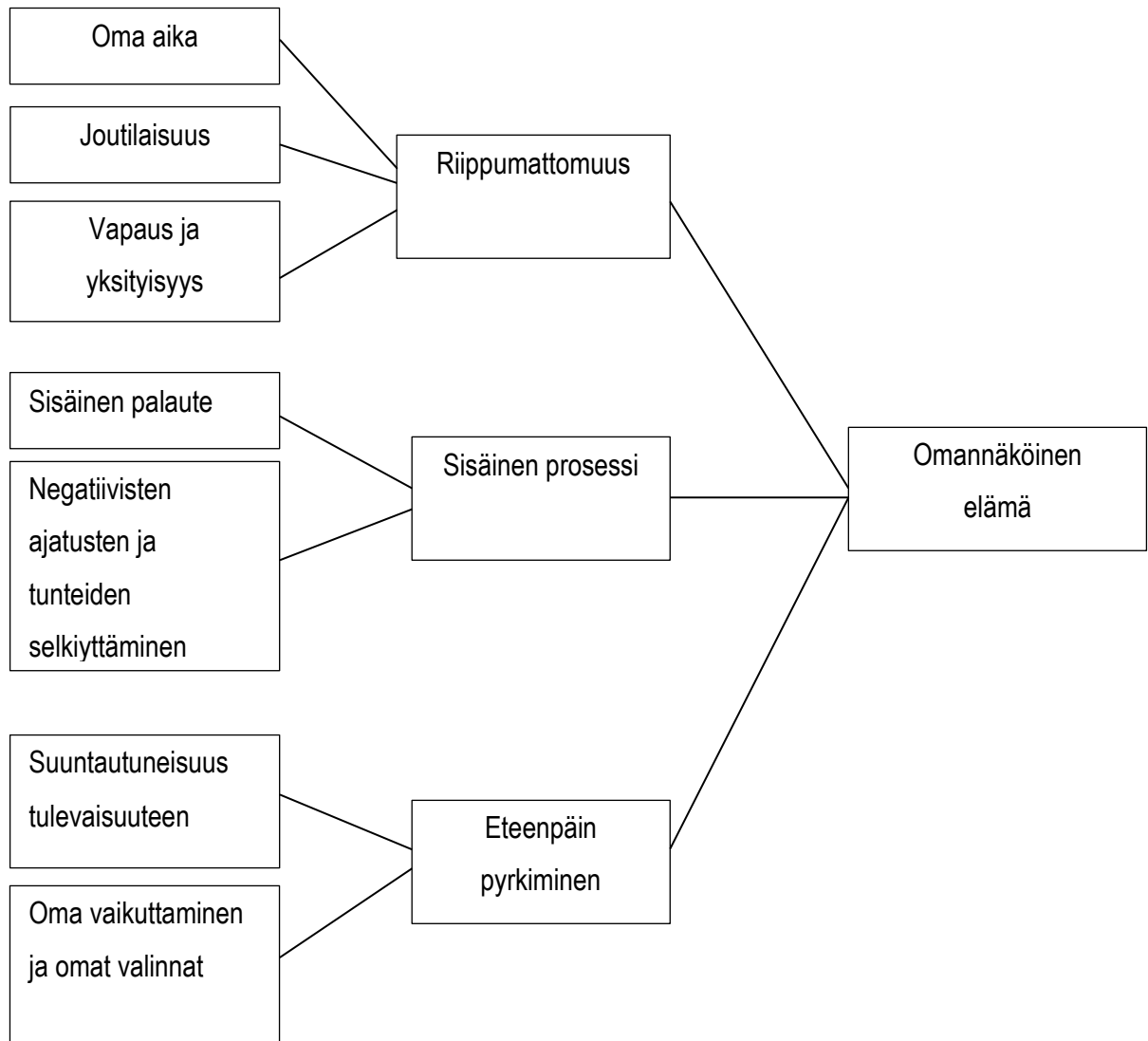
Jos ei oo muuta tekemistä, niin sitten pellaan. Sitte ku ei oo muutakaan. Emmää oikeen tiiä (mikä on pelaamisessa kivaa). On niin tylsää.

Vapauteen ja yksityisyyteen liittyy kokemus siitä, että saa olla rauhassa eikä ole kenenkään seurattavana. Erityisen tärkeäksi nuoret kokivat yksityisyyden silloin, kun he viettivät aikaa kavereiden kanssa.

(Kavereiden kanssa) Mennään johonki semmoseen tillaan tai paikkaan, johon ne (vanhemmat) ei tuu... Esim vaikka oma huone, ja jos on joku lukko niin sen saa sitten näppärästi lukkoon.

(Kavereiden kanssa) Lähetään jonnekki muualle, nii ei olla haitolla. Ettei olla tiellä muitten kotona, jos niillä on jotaki muuta tekemistä ja vaikka joku siivous.

Tavallaan niin ku kukkaa ei häirihe ja saa vaan olla ja kattoo sitä telekkaria. Siinä vappauttaa vähä ittesä muulta maailmalta. Ei oo koko ajan jonku seurattavana.



KUVIO 2. Omannäköinen elämä -pääluokan luokittelu

6.2 Elämän rikastuttaminen

Nuoret kokivat toimintaan liittyvien erityispiirteiden rikastuttavan elämää. Pääluokka **elämän rikastuttaminen** (KUVIO 3) jakautui **toiminnan erityisyyteen** ja **ympäristön erityisyyteen**.

Nuoret kuvasivat, että **toiminnan erityisyyteen** liittyy toiminnasta saatu konkreettinen hyöty, uusien asioiden oppiminen sekä toiminnan mielekkyys. Konkreettiseksi hyödyksi nuoret nimesivät muun muassa rahan ja uusia asioita nuoret kokivat oppivansa erityisesti kotitöitä tekemällä ja ke-sätöissä.

Varmaan se (motivoi marjastamaan), että saa talveksi marjoja ja saa tehtyä kaikkia hilloja ja kaikkia leivoksia ja sitten niitä saa muutenki syyä. Jos vaikka myyntiin, niin onhan se raha tietenki hyvä motivaatio.

Onhan sitä jottain asioita päähän jääny (oppinut rakentamaan, kun on ollut kesätoissā rakentamassa mökkiä ja isän apuna).

Siinä saa kokata ja siinä oppii kokkaamisen taitot. Ja onhan se mukava oppia tekemään ruokaa, vaikka ei se kiinnosta ihan aina.

Nuoret kokivat toiminnan mielekkäänä ja innostavana, jos siihen sisältyi heidän mielenkiinnonkohteitaan vastaavia piirteitä.

Aika paljon just tuommosia jalakapallo ja autopelejä tulee (pelattua).

Sitte jos on heti aamusta semmoset tosi mukavat oppitunnit, ni niille mennä silleen reippaasti ja tietää, että ne on mukavia.

Ympäristön erityisyyteen sisältyy luonnon rauha, tuttu ja turvallinen sekä uusi ja tuntematon. Nuoret kokivat luonnon olennaiseksi osaksi elämäänsä, koska luonto on aina ollut lähellä. Nuoret kuvasivat, että luonnossa olemisessä erityistä on oma rauha.

Oma rauha, ku on syntyny tuolla luonnon keskellä. Ei mitenkään täällä keskustassa tykkää asua.

Siellä ku on, niin aurinko nousee, ku mennee niin aikasin. Kaikkihan siellä on ihan mukavaa. Mukava olla ja rauhassa saa olla.

Nuorten kokemuksiin sisältyi tutun ja turvallisen sekä uuden ja tuntemattoman vaihtelu. Nuoret kertoivat, että kotona saa olla vapaasti ja oma itsensä. He kuvailivat kotia eräänlaiseksi turvapaikaksi. Osa nuorista koki tärkeäksi, että kotiin on aina tervetullut ja sinne on aina mukava palata. Osa nuorista kuvaili tuntemattoman ympäristön herättävän pelontunteita. Toisaalta esimerkiksi ulkomaanmatkoja pidettiin merkityksellisinä. Nuorten kokemana ne mahdollistavat tutusta pois pääsemistä sekä uusia kokemuksia.

On mukava lähteä ulukomaille aina, vaan on se mukava tulla kottiinki.

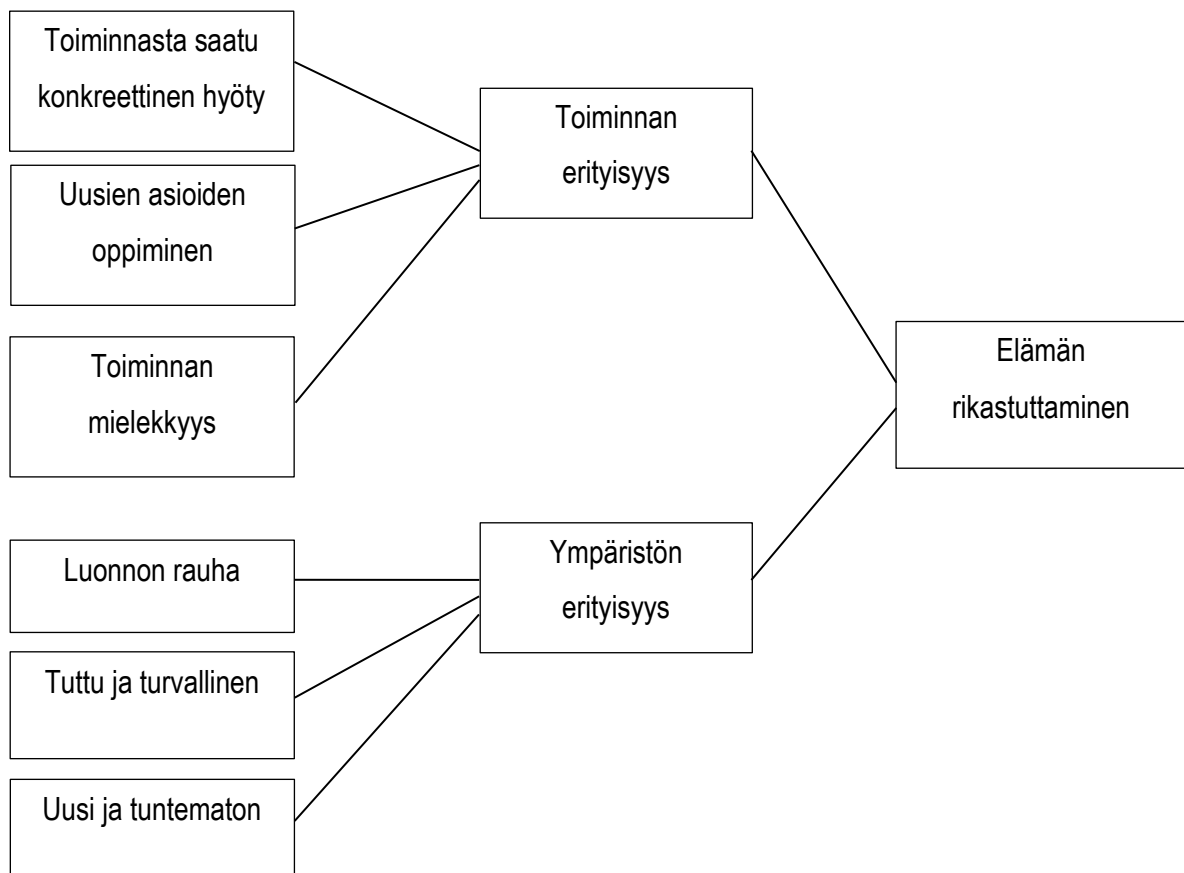
Se (koti) on semmonen turvallinen ja että on siellä on turvallista. Turvapaikka.

Oma vappaus on kotona ja se on sillä selevä. Ei tartte miettiä mittää, on vain. Voi vappaasti puhua kaikesta.

Varmaan tutut ihmiset ja sitte ku, ne ihmiset niin ku tuntee sut, ku tuntenut niin ku koko ikä-sä, niin ei tartte niille näyttää mittää.

Ku miettii koko ajan, että mihin mennee ja siellä (ulkomailla) on niitä varkaita. Joku pelon tunne ehkä.

Pääsee kattomaan, että millasta siellä (ulkomailla) on ja eri kulttuureja pääsee kattoo ja erilaisissa paikoissa pääsee käymään, ku tää on tämmönen pieni tuppukylä. Sitte vähä isompaan paikkaan. On ihan mukava lähteä pois täältä samojen naamojen luota.



KUVIO 3. Elämän rikastuttaminen -pääluokan luokittelu

6.3 Yhteenkuuluvuus

Nuoret kokivat yhteenkuuluvuuden kokemuksen toimintaan osallistumisessa merkityksellisenä. **Yhteenkuuluvuus** (KUVIO 4) jakautui **yhdessä olemiseen** ja **läheisten vaikutukseen**.

Yhdessä olemiseen liittyy perheenjäsenten, sukulaisten ja kavereiden kanssa oleminen ja heidän läsnäolo on keskeinen osa nuorten elämää. Osa nuorista koki myös eläinten seuran tärkeäksi ja rauhoittavaksi.

Totta kai kaverit ja perhe (on tärkeitä).

Mummu käy aina marjassa, niin kyssyy että lähekkö mukkaan, niin mää aina lähen mukkaan.

Sekkait se (kavereiden näkeminen) on ihan mukava. Varmaa ku tuolla sivukylällä assuu, niin ei sitä oikeen taho nähä niitä muita. Varmaa ne kaverit (mukavinta koulussa).

Kyllä se porukassa on parempaa (katsoa urheilua). Se ehkä luo vähän tunnetta, ku jottain kautta se pelin maali tullee. Tullee sit juteltua siitä pelistä koko ajan.

Ihmisen kanssa voi se ärsytys pahentua, mutta elläinten kans se voi laantua tai se voi rauhoittua.

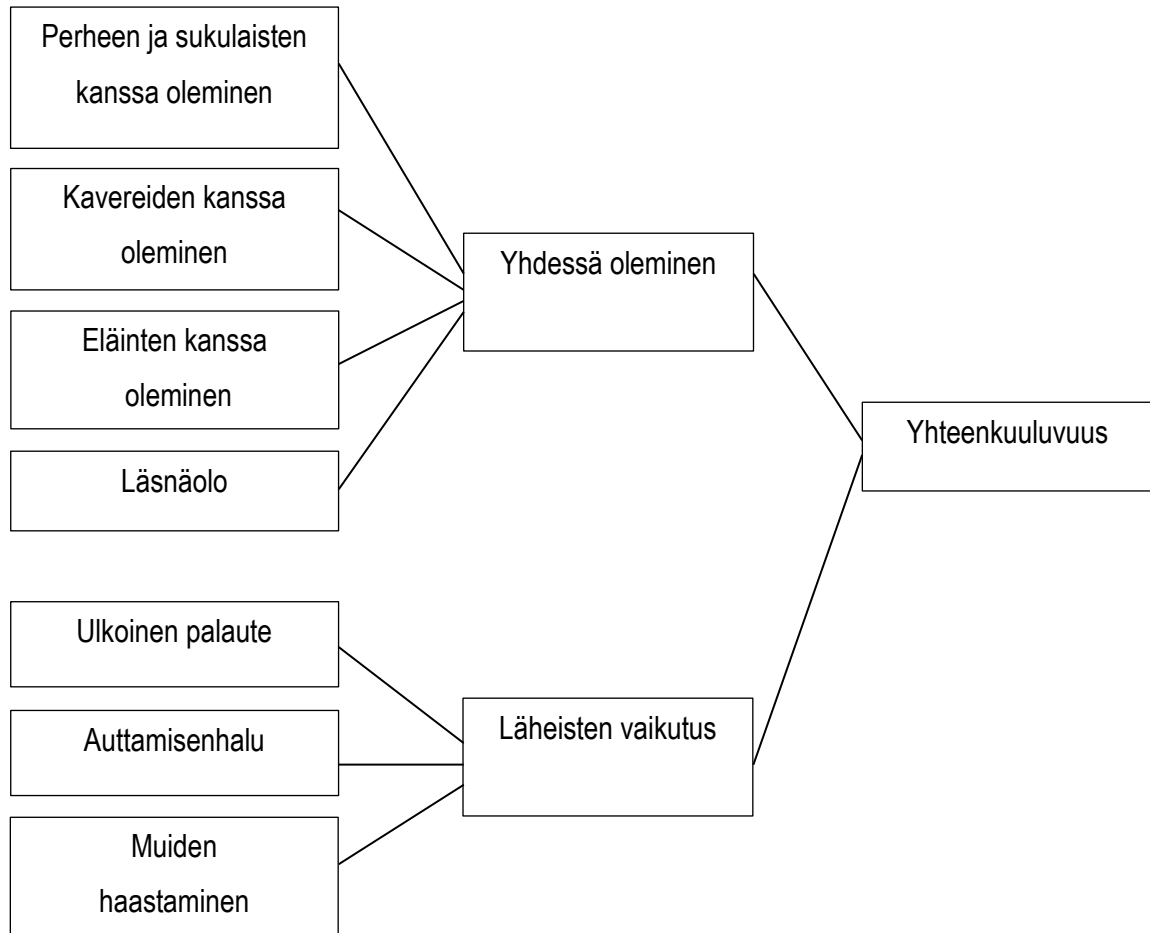
Läheisten vaikutukseen sisältyy ulkoinen palaute, auttamisenhalu ja muiden haastaminen. Nuorten kokemus oli, että muiden antama positiivinen palaute tukee onnistumisen kokemuksia. Muiden haastaminen ilmenee nuorten kokemana siten, että toimintaan osallistuminen yllyttää kilpailuun ja omien taitojen näyttämiseen. Auttamisenhalu kannustaa nuoria osallistumaan toimintaan, sillä nuoret haluavat tukea vanhempiaan ja sukulaisiaan.

Ja voi mennä hyvillä mielillä kertomaan esim. vanhemmille ja neki voi olla ylpeitä siitä. Sitte varsinki, jos saa hyvät numerot tokariin, ni mukava mennä näyttään kotia niitä.

Ku toinen saa kalan niin siitä voi olla ilonen ja vähän katteellinen. Sitte ärsyttää. Ja sitte ruppee kairaamaan reikiä hulluna, että sais kallaa. Sittekö ite saa isomman (kalan pilkillä) nii toinen on katteellinen. (Pilkillä tulee kisa-asettelu) Että kumpi saa enempi tai isomman. Kilpailuvietti.

(Kotitöitä tekemällä) Poistaa samalla toisten taakkaa. Ja on jottain tekemistä, niin ei sitten tarvi liikaa tehdä, auttaa vähäsen. Muutenki, se on mukava auttaa.

Yksin assuu, niin se on vähän yksinäistä niin, aina yrittää piristää.



KUVIO 4. Yhteenkuuluvuus -pääluokan luokittelu

6.4 Toimintaan osallistumista rajoittavia tekijöitä

Nuoret kuvasivat vastauksissaan **toimintaan osallistumista rajoittavia tekijöitä** (KUVIO 5), joista muodostui yksi yläluokka. Pitkät välimatkat vaikuttavat siihen, kuinka paljon nuoret viettävät aikaa kavereiden ja sukulaisten kanssa. Osa nuorista koki, että pitkät välimatkat estävät nuoria osallistumasta paikkakunnalla järjestettäviin nuorisotapahtumiin. Pitkien välimatkojen lisäksi nuoret kokivat ulkopuolisuuden kokemuksen, ikärajojen ja järkeilyn rajoittavan toimintaan osallistumista. Erilaisten mielenkiinnonkohteiden ja puheenaiheiden koettiin rajoittavan vanhempien kanssa vietettyä aikaa. Erilaiset mielenkiinnonkohteet vaikuttivat myös siihen, että tytöt ja pojat viettivät aikaa omilla porukoissaan.

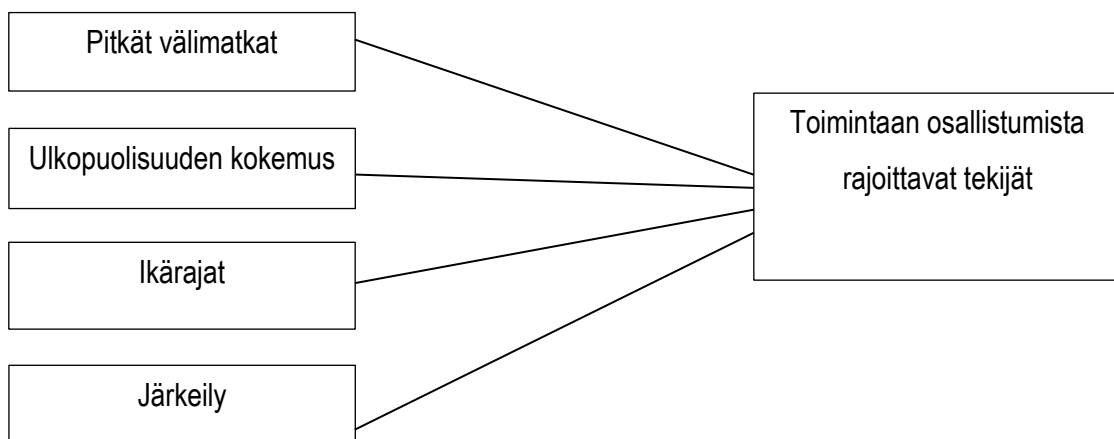
Ei sitä tuolta kaukaa pysty tulemaan. Pitäs kyyti aina olla.

Mummulla käyään tosi harvoin. Sinnekki on matkaa 100 kilometriä.

Kavereita tulee nähtyä harvemmin (koska asuu kauempana).

Ei kiinnosta (kerhot) ja ku ei kaverit oo siellä. Se vaan tuntuu kaukaselta, jos siellä vaan jotain tuntemattomia tyyppejä, niin emmää mee sinne. Ne on tuttuja ja hankala mennä siihen porukkaa sisälle.

Emmää tiä (millaisissa asioissa järki tulee vastaan), mutta ylipäättäsä varmaan tässä iässä monillaki, ku miettii asioita, että lähtee jonnekki. Vaikka muualle opiskelemaan, että kannattaako se. Miettii ehkä järellä vähä enemmän.



KUVIO 5. Toimintaan osallistumista rajoittavien tekijöiden luokittelu

7 KESKEISTEN TULOSTEN TARKASTELU

Nuorten kokemuksista toimintaan osallistumisesta korostui kolme keskeistä näkökulmaa: it-senäistyminen, yhteenkuuluvuuden ja yhteisöllisyyden tunne sekä toiminnan ainutlaatuisuus ja erityisyys. Lisäksi kuvaamme toimintaan osallistumista rajoittavia tekijöitä.

Tutkimustulosten mukaan nuoret kokivat toiminnan tärkeäksi silloin, kun se vahvisti **itsenäistymistä** sekä omien valintojen ja päätöksiä tekemistä. Nuorille oli tärkeää saada toiminnan kautta kokemus omista vaikuttamismahdollisuuksistaan. Tutkimustulosten perusteella nuoret suuntasivat ajatuksiaan tulevaisuuteen enemmän kuin aikaisemmin elämässään. Nuoret kertoivat, että kotitöihin osallistumalla oppii taitoja, joita tarvitsee itsenäistä elämää varten. Myös Kielhofnerin (2008, 131–132) mukaan nuoruudessa aletaan osoittaa kiinnostusta tehtäviin, jotka edistävät itsenäisen elämän taitoja. Lisääntynyt valinnan vapaus haastaa nuoria tekemään valintoja, jotka tuovat tyytyväisyyttä ja tarkoitusta elämään. Valinnanvapauden myötä nuori kokee voivansa vaikuttaa elämänsä keskeisiin ja tärkeisiin asioihin (ks. Doble & Santha 2008, 187). Nuoruuteen kuuluu myös lisävastuun ottaminen muun muassa kotitöistä (Cole 2011, 115; Kielhofner 2008, 132). Nuoruudessa tehdään aiempaa enemmän myös valintoja ja päätöksiä, jotka edeltävät itsenäiseen elämään siirtymistä (Kielhofner 2008, 132; Simons 2005, 228–229).

Nuoret kokivat tärkeäksi, että toimintaan osallistuminen mahdollistaa omien ajatuksen selkiyttämistä. Epäonnistumisen kokemukset herättivät nuorissa ajatuksia ja tunteita, joita he käsitelivät mielellään yksin. Nuorten kokemus oli, että myös eläinten seura voi rauhoittaa mieltä. Simonsin (2005, 222) mukaan nuoruudessa itsetietoisuus kehittyy ja nuori tulee yhä tietoisemmaksi omista ajatuksista ja tunteistaan. Toiminnallinen osallistuminen edistääkin itsetuntemusta sekä identiteetin muodostumista (Hasselkus 2011, 25; Hagedorn 2000, 66).

Tutkimustulosten perusteella nuorilla on **tarve kuulua johonkin** ja toimia yhdessä muiden ihmisten kanssa. Erityisesti perheen ja kavereiden läsnäolo ja yhdessä vietetty aika koettiin tärkeäksi. Nuoret kokivat, että kokemus toiminnasta oli erilainen, jos se tehtiin yhdessä. Yhdessä tekemisessä oli mukavaa jakaa ajatuksia, tunteita ja kokemuksia. Nuoruudessa korostuu yhteisöön kuulumisen tärkeys ja suurin osa nuorista etsii tukea perheeltään ja kavereiltaan (Cole 2011, 111, 113). Läheisten ihmisten läsnäolo onkin keskeistä nuorten hyvinvoinnin kannalta (ks. Tukeva 2, hakupäivä 31.1.2013). Aalbergin ja Siimeksen (2007, 129–130) mukaan nuoret kaipaavat aikuis-

ten läsnäoloa ja sitä, että heistä pidetään. Myös ikätovereiden merkitys ja ystävän rooli on nuorelle tärkeä.

Toimintaan osallistumalla nuoret kokivat saavansa palautetta omasta toiminnastaan ja taidoistaan. Läheisten antama palaute vaikutti toimintaan osallistumiseen ja erityisesti onnistumisen kokemuksiin. Nuoret kaipasivat vanhempien antamaa positiivista palautetta ja he toivoivat vanhempien olevan ylpeitä heidän suorituksistaan. Lawn (2002, 642, 644) mukaan perheen sekä lähimpien ystävien tarjoama tuki edistää nuoren toiminnallista osallistumista ja kannustava sosiaalinen ympäristö lisää toiminnan merkityksellisyyttä. Nuoruudessa muiden antama palaute on tärkeää ja nuoren käsitys omasta itsestään on riippuvainen siitä, miten muut ihmiset hänet näkevät (Pownall 2001, 41).

Nuoret kokivat tärkeäksi, että he voivat omalla toiminnallaan tukea lähimmäisiä. Tutkimustuloksissa korostui nuorten vastuunotto vanhempien jaksamisen tukemisesta erityisesti kotitöitä tekemällä. Nuoret osallistuivat toimintaan yhteisvastuullisesti, sillä he auttoivat oma-aloitteisesti sukulaisia ja naapureita. Grekin (2008, 38) tutkimuksessa on todettu, että yhteisöllisen vastuun kehittyminen on yksi osa sosiaalisia suhteita nuoruudessa. Colen (2011, 114–115) mukaan auttamalla muita nuoret edistävät kykyään huomioida asioita laajemmin ja monipuolisemmin, ja samalla he oppivat käsittelemään lähiyhteisön tarpeita. Erityisesti maaseudulla asuvat henkilöt mielletään usein ystävällisiksi ja avuliaksi, koska he elävät suhteellisen turvallisessa ympäristössä, jossa elämä perustuu yhteisölliseen tukeen.

Tutkimustuloksissa erottuivat **toimintaan ja ympäristöön liittyvät erityispiirteet**. Nuoret kuvasivat tärkeäksi sellaisia toimintoja, joista oli heille jotain konkreettista hyötyä, kuten uusien asioiden oppiminen. Toiminnasta saatu hyöty voi olla myös välillistä esimerkiksi raha, jonka avulla nuoret kokivat saavansa päätösvaltaa. Toisaalta tietyt toiminnot olivat nuorille merkityksellistä jo sinällään eikä toiminnan lopputulos ollut niin oleellinen. Tällaisiin toimintoihin liittyi oleilua ja ajattomuuden tunnetta. Tutkimustulosten mukaan tällaiseen toimintaan osallistumiseen kuului usein kokemus omasta ajasta. Oman ajan nuoret kokivat hyvin tärkeäksi, sillä silloin sai olla vapaa pakollisista velvoitteista. Simons (2005, 234) kuvaa, että nuoruudessa on ominaista viettää aikaa oleskellen tekemättä mitään erityistä. Hasselkusin (2011, 185) mukaan kokemus toiminnasta voi olla toiminnan lopputulosta tai itse toimintaa tärkeämpää. Henkilö voi kokea virkistytvänsä, kun hän toiminnan kautta saa tunteen sisäisestä rauhasta ja huolettomuudesta (Weinblatt & Avrech-Bar 2003, 227).

Nuorten kokemusten mukaan erilaiset toimintaympäristöt mahdollistavat erilaisiin toimintoihin osallistumista ja erilaiset toiminnot puolestaan tarjoavat nuorille vaihtelevia kokemuksia. Kotiympäristössä toiminnasta teki ainutlaatuista turvallisuuden tunne. Nuoret kuvasivat kotia turvapaikaksi, koska siellä heistä välitetään omana itsenään. Vastaavasti ulkomailla erityistä oli uusien kokemusten saaminen. Tutkimustulosten mukaan luonto on keskeinen ympäristö, jossa nuoret kokivat saavansa aikaa itselleen ja omille ajatuksilleen. Ympäristöt tarjosivat nuorelle mahdollisuuden osallistua erilaisiin toimintoihin, joiden kautta nuori sai erityisiä ja ainutlaatuisia kokemuksia. Nuoret kuvailivat kaikissa näissä ympäristöissä tapahtuvia toimintoja heille tärkeiksi. Aalbergin ja Siimeksen (2007, 129–130) mukaan nuoruuteen kuuluu, että kotoa saatujen rajojen avulla nuori voi kokea sisäisen turvallisuudentunteen. Ympäristönä luonto mahdollistaa irtautumista arkipäivän kiireistä ja vaatimuksista sekä rentoutumisen ja rauhoittumisen elämyksiä (Korpela 2009, 117–118).

Tutkimustuloksissa nuoret kuvailivat myös **toimintaan osallistumista rajoittavia tekijöitä**. Ulkopuolisuuden kokemus rajoitti kavereiden kanssa vietettyihin toimintoihin osallistumista. Tutkimustulosten mukaan nuoret eivät lähde mielellään sellaisiin paikkoihin, joissa ei ole heidän omia kavereitaan. Nuoret kuvasivat, että pitkät välimatkat estivät heitä osallistumasta toimintaan. Myös ikärajat estivät nuoria osallistumasta itselleen merkityksellisiin toimintoihin. Nuoret kokivat, että kasvamisen myötä tullut ajattelun kehitys ja järkeily esti tiettyihin toimintoihin osallistumista aiempaa enemmän. Nuoret kertoivat, etteivät vietä aikaa aikuisten kanssa erilaisten puheenaiheiden ja kiinnostuksenkohteiden vuoksi. Nämä asiat rajoittivat myös tyttöjen ja poikien välistä yhdessä oloa. Whitefordin (2010, 306–307) mukaan yksi suurimmista esteistä ihmisen toimintaan osallistumiselle on maantieteellinen eristäytyminen. Tällöin henkilöllä on rajoittuneet mahdollisuudet päästä tapahtumiin, paikkoihin tai muiden ihmisten luokse.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Toimintoihin osallistuminen on nuorten kokemuksen mukaan merkittävä tekijä heidän hyvinvointinsa kannalta (Grek 2008, 45). **Nuorten hyvinvointia tukee osallistuminen tarkoituksenmukaisiin ja merkityksellisiin toimintoihin.** Tällaisiin toimintoihin kuuluvat itsenäistymistä ja oman itsensä löytämistä edistävät toiminnot sekä toiminnot, jotka mahdollistavat yhteenkuuluvuutta läheisiin ja omaan yhteisöön. Nuorten hyvinvoinnin kannalta on keskeistä, että he voivat osallistua tarkoituksenmukaisiin ja merkityksellisiin toimintoihin tasapuolisesti (ks. Reed & Sanderson 1999, 33–34). Tarkoituksenmukaisuus korostui muun muassa kouluun ja töihin liittyvissä toiminnoissa sekä marjastamisessa. Nuoria houkuttelevat myös heille merkitykselliset toiminnot, joissa toiminnasta saatu kokemus korostuu lopputulosta tärkeämmäksi. Erityisesti luonnossa tehtäviin toimintoihin liittyi merkityksellisyiden kokemukset. Nuori kaipaa rauhaa ja aikaa jäsentääkseen omia ajatuksiaan ja tunteitaan. On kuitenkin huomioitava, että toiminnan tarkoituksenmukaisuuden ja merkityksellisyiden kokemukset ovat aina yksilöllisiä. On siis tärkeää, että nuorella on mahdollisuus osallistua monenlaisiin toimintoihin ja toimintaan osallistumista rajoittavat tekijät voivat heikentää nuorten kokemaa hyvinvointia.

Itsenäistymistä vahvistavat toiminnot tukevat nuorten hyvinvointia. Nuoret kokivat merkityksellisenä toiminnat, jotka tukevat itsenäisyyttä, oman itsensä löytämistä ja suuntautumista tulevaisuuteen. Itsenäisyyden kehittymistä vahvistivat toiminnot, joissa nuori sai harjoitella aikuisuuteen liittyviä taitoja ja rooleja. Lisäksi kokemus omasta päätösvalasta ja valinnanmahdollisuuksista oli keskeistä itsenäistymisen kannalta. Nuorille on tärkeää tarjota mahdollisuus kesätöihin, sillä sitä kautta nuori oppii uusia taitoja, voi oivaltaa omia kiinnostuksenkohteita ja urahaaveita. Samalla nuori oppii ottamaan vastuuta sekä toimimaan työntekijän roolissa. Ajattelun kehityksen myötä nuori etsii ratkaisuja ja perusteluja päätöksilleen aikaisempaa enemmän. On siis oleellista mahdollistaa nuoren oma vastuunotto ja valintojen tekeminen. Itsenäistyminen nähdään nuoruuden kehitystehtävien päämääränä, joten nuorilla tulisi olla mahdollista osallistua toimintoihin, joiden kautta nuoret voivat oppia muun muassa kodinhoitoon ja asiointiin liittyviä taitoja.

Tutkimustulosten perusteella **läheisten läsnäolo ja yhteenkuuluvuuden tunne ovat nuorille tärkeitä ja oleellinen osa toimintaan osallistumista.** Nuoret kokivat toiminnot usein mukavampina, kun ne tehdään yhdessä. Tästä voi päätellä, että yhdessä tehdyt toiminnot kannustavat nuoria toiminnalliseen osallistumiseen. Nuorille on tärkeää, että toimintaan osallistuminen mah-

dollistaa yhdessäoloa kavereiden kanssa. Pienellä paikkakunnalla pitkät välimatkat rajoittavat kavereiden kanssa vietettyä aikaa, vaikka yhteenkuuluvuus ikätovereiden kanssa olisi nuorille erittäin merkityksellistä ja tukisi nuorten kehitystehtävien läpikäymistä. Nuorten osallistumista nuorten tapahtumiin voitaisiin tukea järjestämällä esimerkiksi yhteinen linja-autokuljetus syrjemmällä asuville nuorille. Vanhempien antama kannustus ja tuki on nuorille tärkeää, vaikka vanhemmista irtautuminen ja kaverisuhteiden korostuminen liittyy olennaisesti nuoruuteen. Vanhempien roolia voitaisiin vahvistaa tarjoamalla heille vertaistukea sekä tietoa nuoruusikään liittyvistä ominaispiirteistä esimerkiksi koulun vanhempainillassa. Nuoret ottavat vastuuta myös lähiyhteisön hyvinvoinnista. Auttamalla muita nuoret voivat kokea itsensä tarpeelliseksi, vastuulliseksi ja saada hyväksyntää muilta yhteisön jäseniltä.

Toimintaterapeuteilla on ymmärrystä sekä teorian että käytännön tasolla siitä, miten toimintoihin osallistuminen tukee hyvinvoinnin muodostumista ja ylläpitämistä. Toimintaterapeuttien asiantuntijuutta toimintaan osallistumisesta sekä toiminnan yhteydestä hyvinvointiin tulisi hyödyntää yhteiskuntatasolla palveluiden suunnittelussa ja kehittämisessä. Toimintaterapeuttien ammattitaitoa olisi mahdollista hyödyntää esimerkiksi syrjäytymistä ennaltaehkäisevissä ryhmissä sekä nuorten kanssa työskentelevien henkilöiden ohjauksessa.

9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimuksen hyvään laatuun kuuluu tutkijan jatkuva tietoisuus eettisistä ratkaisuista tutkimusprosessissa. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida uskottavuuden, vahvistettavuuden, refleksiivisyyden ja siirrettävyyden käsitteillä (Kylmä & Juvakka 2007, 127). Seuraavissa kappaleissa käsittelemme tutkimusprosessin eettisyyttä ja luotettavuutta.

9.1 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimusetiikka voidaan määritellä tutkijoiden ammattietiikaksi (Kuula 2011, 23). Tutkimuksen toteuttamista ohjasivat Toimintaterapeuttiliitto ry:n ammattieettiset ohjeet, johon kuuluvat vaitiolovelvollisuus, inhimillisuus ja oikeudenmukaisuus (Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet 2011, hakupäivä 26.8.2012). Eettiseltä kannalta on tärkeää pohtia, onko tutkimuksen tekeminen perusteltua ja tutkimusaihe oikeutettu (Kylmä & Juvakka 2007, 144). Olemme perehtyneet tutkitavaa ilmiötä koskeviin aiempiin tutkimuksiin opinnäytetyömme ensimmäisessä vaiheessa ja kokeneet tutkimuksen kohteena olevan ilmiön ajankohtaiseksi ja tarpeelliseksi. Tutkimusaiheen tarpeellisuus on perusteltua myös SOHVI-hankkeen tavoitteiden kautta.

Ihmisiin kohdistuvassa tutkimuksessa mainitaan tärkeimpinä eettisinä periaatteina informointiin perustuva suostumus, luottamuksellisuus, seuraukset sekä yksityisyys (Hirsjärvi & Hurme 2009, 20). Tutkimukseen osallistuminen oli nuorille vapaaehtoista. Tutkimukseen osallistuneet nuoret allekirjoittivat tutkimusluvan ennen haastattelutilannetta. Tutkimukseen osallistujia informoitiin toimittamalla heille saatekirje (LIITE 1) ennen haastattelutilannetta. Saatekirjeessä ja haastattelutilanteessa nuorille kerrottiin tutkimuksen tarkoitus ja mihin tietoa tullaan käyttämään. Nuorten yksityisyyttä vahvistettiin sopimalla haastattelutilanteessa yhdessä, että haastattelutilanteen keskustelut jäävät osallistujien välisiksi. Myös vapaaehtoisuutta ja vaitiolovelvollisuutta korostettiin haastattelutilanteessa. Tunnistetietoja ei saa tulla ilmi haastattelunauhoilla tai puhtaaksikirjoitetussa tekstissä ja tutkijoiden on huolehdittava haastatteluaineistojen säilyttämisestä tarkasti (Kylmä & Juvakka 2007, 111). Otimme huomioon tunnistetietojen poistamisen ja ääninauhojen hävittämisen asianmukaisesti tutkimuksen kaikissa vaiheissa.

9.2 Tutkimuksen luotettavuus

Uskottavuudella (credibility) tarkoitetaan sitä, että tutkimustulokset vastaavat tutkimukseen osallistujien käsityksiä tutkittavasta ilmiöstä. Tutkija tarvitsee riittävästi aikaa ymmärtääkseen osallistujien näkökulman. (Kylmä & Juvakka 2007, 128.) Tutkimuksen uskottavuutta tukevat monipuolinen lähteiden käyttö, alkuperäislähteille palaaminen sekä mahdollisimman uuden lähdemateriaalin hyödyntäminen. Aineisto kerättiin lokakuussa 2012 ja tämän jälkeen meillä oli mahdollisuus tutustua aineistoon ajan kanssa, mikä vahvisti nuorten näkökulman ymmärtämistä. Uskottavuutta tukevat myös esimerkit alkuperäisilmauksista sekä pelkistys- ja luokitteluvaiheen kuvaus. Tutkimuksen uskottavuutta olisi lisännyt esihaastattelun toteutus. Esihaastattelua suunniteltiin, mutta varsinaisen tutkimushaastattelun ajankohta varmistui lyhyellä varoitusajalla, joten esihaastattelun toteuttamiseen ei jäänyt riittävästi aikaa. Osallistujatarkastuksessa tiedonantajat saavat tutustua tutkijan näkemyksiin (Hirsjärvi & Hurme 2009, 189). Tutkimukseen osallistuneilla tiedonantajilla oli mahdollisuus lukea tutkimuksen tulokset, mikä lisää tutkimuksen uskottavuutta. Tutkimustulokset lähetettiin tiedonantajille koulun yhteistyöhenkilön kautta. Tiedonantajat eivät antaneet palautetta tai muutosehdotuksia määräpäivään mennessä.

Vahvistettavuus (dependability, auditability) liittyy tutkimustulosten kirjaamiseen (Kylmä & Juvakka 2007, 129). Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan on dokumentoitava ja kuvattava, millaisin perustein hän on päättänyt luokitella tutkijoiden maailmaa (Hirsjärvi & Hurme 2009, 189). Tutkimuksen vahvistettavuutta tukee tutkimuspäiväkirja, johon on kirjattu tutkimusprosessin kulkua valmistavan seminaarin valmistuksesta lähtien. Tutkimuspäiväkirjan lisäksi olemme kirjoittaneet muistiinpanoja havainnoistamme heti haastattelutilanteen jälkeen. Raportissa on kuvattu tutkimuksen toteuttaminen mahdollisimman yksityiskohtaisesti ja totuudenmukaisesti. Analyysivaihe on avattu lukijalle ja luokittelua havainnollistavat tutkimustulosten yhteydessä esitetyt taulukot. Luokittelun kuvaamisessa on hyödynnetty myös suoria lainauksia vahvistettavuuden tukemiseksi. Olemme olleet tarkkoja lähdeviittausten kanssa, jotta lukija voi halutessaan palata alkuperäislähteelle.

Tutkimuksen tekeminen edellyttää tutkijalta refleksiivisyyttä eli tutkija ymmärtää, miten hänen omat lähtökohtansa tutkijana vaikuttavat aineiston käsittelyyn. Tutkijan täytyy muun muassa tiedostaa oma asemansa ja suhteensa tutkittaviin yksilöihin. (Mays & Pope 2000, 51.) Vastavuoroinen, avoin ja rehellinen keskustelu ovat parantaneet tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimusprosessin aikana olemme pohtineet, miten kokemattomuus tutkimushaastattelijana vaikuttaa tutkimuk-

sen luotettavuuteen. Ennen haastattelutilannetta etsimme kirjallisuudesta tietoa erilaisista kysymystyypeistä, jotka tukevat haastateltavan näkökulman esille tuomista. Aineiston analyysivaiheessa olemme pohtineet, kuinka paljon aikaisempi teorialieto vaikuttaa luokitteluun. Olemme pyrkineet irrottautumaan aikaisemmasta teorialiedosta, jotta analyysi olisi aineistolähtöistä. Ennen tutkimusprosessin alkua perehdyimme tutkimuksen tekemiseen ja siihen liittyvään kirjallisuuteen Oulun seudun ammattikorkeakoulun tarjoamilla opintojaksoilla sekä itseohjautuvasti omalla ajalla. Tutkimusprosessin aikana olemme oma-aloitteisesti hyödyntäneet ohjaavan opettajan asiantuntijuutta, joka tukee erityisesti tutkimuksen uskottavuutta sekä refleksiivisyyden huomioimista.

Siirrettävyys (transferability) tarkoittaa sitä, että tutkimuksen tulokset ovat siirrettävissä vastaaviin tilanteisiin (Lincoln & Cuba 1985, 297). Siirrettävyyttä parantaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta kaikissa tutkimuksen eri vaiheissa (Hirsjärvi ym. 2009, 232). Siirrettävyyden lisäämiseksi olemme kuvanneet paikkakunnan ja tutkimuksemme kohderyhmän erityispiirteitä. Luotettavuutta lisää myös, että olemme kuvanneet tutkimusprossin etenemistä ja aineistonkeruun olosuhteita totuudenmukaisesti ja tarkasti. Tutkimuksen tulokset ovat kuitenkin osallistuvien nuorten ainutlaatuisia kokemuksia eikä niitä voida suoraan siirtää koskemaan laajempaa nuorisoyoukkoa.

10 POHDINTA

Nuorten hyvinvoinnin tukeminen ja edistäminen on ajankohtainen aihe ja palveluiden kehittämiseen pyritään löytämään ratkaisuja nopeasti. Yhteistyöhankkeemme SOHVI-hankkeen painopiste on nuorten tukemisessa ja kohderyhmiin kuuluvat henkilöt, jotka ovat vaarassa syrjäytyä keskeisillä hyvinvoinnin osa-alueilla ilmenevien puutteiden ja sosiaalisten ongelmien vuoksi. SOHVI-hankkeen tavoitteiden kautta erityishuomio on ollut syrjäytymistä ennaltaehkäisevissä palveluissa. Lisäksi lasten- ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy nähdään toimintaterapeuttien kasvavina työalueina. Tutkimuksemme on tarkoituksenmukainen, sillä sen kautta hankkeessa saadaan tietoa nuorten mielipiteistä ja ajatuksista, joiden pohjalta palveluita voidaan kehittää nuorten tarpeita vastaaviksi. Mielestämme tutkimus antoi vastauksen tutkimustehtävään ja tutkimustulokset vastasivat esiyymmärrystämme siitä, että toimintaan osallistumisen mahdollisuus tukee nuorten hyvinvointia. Tuloksissa käsitellään nuorten kokemuksia siitä, millaiset toiminnot ja toimintaympäristöt ovat nuorille merkityksellisiä. Tämän tiedon perusteella voidaan nuorille tarjota mahdollisuus osallistua toimintaan, jonka he kokevat merkityksellisenä sekä hyvinvointia tukevana ja siten ehkäistä syrjäytymistä.

Työn tekemisen aikana pohdimme, miten yhteiskunnalliset palvelu- ja tukijärjestelmät voivat osallistaa lisää syrjäytymisriskiä. Esimerkiksi tukijärjestelmä toimii siten, että joissain tilanteissa on taloudellisesti kannattavampaa olla tekemättä osa-aikatyötä tai opiskella. Tämä on ristiriidassa toimintaterapian näkemyksen kanssa, jonka mukaan työ- ja koulutoiminnot ovat yksi keskeinen hyvinvointia ylläpitävä toimintakokonaisuus.

Opinnäytetyöprosessin aloittaminen pitkittyi, sillä aiheen valinta ja rajaaminen oli haastavaa. Valmistava seminaari valmistui lopulta nopeasti keväällä 2012, mutta sen jälkeen prosessin katkaisi ulkomaanvaihto. Kesällä 2012 aloitimme tutkimussuunnitelman tekoa ja yhteistyö SOHVI-hankkeen kanssa alkoi syksyllä 2012. Samalla varmistui yhteistyökoulu, jonka kautta saimme tiedonantajia tutkimukseemme. Tiedonantajien saatavuus oli epävarma pitkään ja olimme yhteydessä yhteistyökoulun henkilökuntaan useasti sekä sähköpostitse että puhelimitse. Alkuperäinen tutkimustehtävämme oli tutkia syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kokemuksia siitä, miten toimintaan osallistuminen vaikuttaa heidän hyvinvointiinsa. Emme voineet olla varmoja siitä, ovatko tutkimukseen valikoituneet tiedonantajat syrjäytymisvaarassa, joten päätimme olla käyttämättä tä-

tä määrittelyä eettisistä syistä. Jatkossa myös hyvinvointi-käsite jätettiin pois ja lopullinen tutkimustehtävä jäsentyi.

Opinnäytetyöprosessin aikana pohdimme omaa rooliamme tutkimushaastattelijana ja tiedostimme, että avoimen haastattelun käyttö on aloittelevalla tutkijalla haasteellista. Haastattelutilanteessa kysyimme useita kysymyksiä kerralla ja hiljaisuuden sietäminen oli hankalaa. Haastattelun jälkeen tiedostimme, että nuoret olisivat luultavasti tarvinneet lisää aikaa vastauksien muodostamiseen ja taukoa kysymyksiä välille. Olimme kuitenkin tilanteessa mielestämme luontevia, rentoja ja läsnä olevia. Tähän mielestämme vaikuttivat aiemmat kokemukset ryhmän ohjaamisesta yhdessä. Lisäksi olemme opintojen aikana käsitelleet vuorovaikutusta ja läsnäolon merkitystä sekä saaneet käytännön kokemusta työharjoittelujen kautta.

Pohdimme teemahaastattelun valintaa vaihtoehtoiseksi aineistonkeruumenetelmäksi avoimen haastattelun sijaan. Teemat olisivat rajanneet kysymyksiä haastattelutilanteessa ja antaneet haastattelurungon ohjaamaan tutkimushaastattelua. Lisäksi teemat olisivat helpottaneet aineiston luokittelua analyysivaiheessa. Toisaalta tutkimustehtävämme oli laaja, joten avoimen haastattelun avulla varmistettiin se, että nuoret saivat mahdollisuuden vastata kysymyksiin omista lähtökohdistaan ja tutkimustuloksissa korostuivat näkökulmat, jotka nuoret itse nostivat esille.

Aineiston analysointivaiheessa pyrimme irtautumaan tutkittavaa ilmiötä koskevista ennakkoletuksista, jotta aineiston analyysi olisi mahdollisimman aineistolähtöistä. Tämän koimme haastavaksi, sillä olemme opintojemme aikana oppineet käyttämään teorian tietoa työmme jäsentämisessä ja rajaamisessa. Aineistolähtöistä tutkimusotetta tukivat kriittisen näkökulman säilyttäminen omaan sekä toisen mielipiteisiin liittyen sekä avoin keskustelu. Mielestämme analyysivaiheen lopputulos oli hyvä ja käsitteiden muodostaminen eteni suhteellisen abstraktille tasolle säilyttäen kuitenkin alkuperäisen sisällön. Raporttivaiheemme pitkittyi ja lisätyötä aiheutti viitekehysten uudelleen jäsentäminen. Opinnäytetyöprosessin aikana saimme ohjausta aiheen ja tutkimustehtävän rajaukseen ja aineiston analysointiin. Koimme ohjauksen hyödylliseksi ja ohjauksen avulla saimme vahvistusta omille valinnoillemme ja päätöksillemme.

Opinnäytetyöprosessin etenemisen ja onnistuneen lopputuloksen kannalta on oleellista, että työssä on käytetty mahdollisimman uusia lähteitä monipuolisesti. Prosessin aikana olemme hyödyntäneet useita tietokantoja, jotka sisältävät sekä kotimaisia että ulkomaisia lähteitä. Lähteiden valitseminen ja rajaaminen oli aluksi vaikeaa, sillä meillä ei ole aikaisempaa kokemusta näin laa-

jan työn tekemisestä. Prosessin aikana olemme hyödyntäneet lähitieteiden tutkimuksia ja käyttäneet niitä toimintaterapeuttisen näkökulman tukena. Toimintaterapian lähteistä löytyy vain vähän tietoa nuorista, joten olemme soveltaneet toimintaterapian lähteitä vastaamaan tutkimustehtävään. Toisaalta lähteiden vähyys motivoi ja vahvisti ajatusta siitä, että aihetta on tärkeä tutkia. Työn edetessä epäoleellinen tieto karsiutui pois ja työmme jäsenyi muotoonsa. Koemme, että opinnäytetyöprosessi on kehittänyt taitojamme hakea, rajata ja jäsentää tietoa ja näistä taidoista tulemme mahdollisesti hyötymään myös työelämässä.

Olemme pyrkineet koko prosessin ajan säilyttämään myönteisen ja luottavaisen suhtautumisen prosessin etenemiseen ja työn valmistumiseen. Olemme etsineet tukea myös oppaista, jotka käsittelevät tutkimuksen toteuttamista sekä kirjoittamisprosessia. Opinnäytetyön aikana olemme oppineet, miten tutkimusprosessi etenee sekä millaisia vaiheita ja päätöksiä siihen kuuluu. Tietyt työvaiheet ovat vaatineet yllättävän paljon aikaa ja pohtimista. Tällaiset pysähtymistä vaativat työvaiheet ovat omalla tavallaan olleet stressaavia ja turhauttavia, koska olemme pyrkineet työskentelemään aikataulun mukaisesti. Näissäkin tilanteissa olemme kuitenkin kannustaneet toisiamme ja hyväksyneet sen, että tietyt vaiheet tutkimusprosessissa vaativat oman aikansa. Toisaalta opinnäytetyön laajuus on opettanut meille pitkäjänteisyyttä ja kärsivällisyyttä.

Yhdessä tekeminen on rikastuttanut prosessia ja yhteistyömme on ollut antoisaa ja palkitsevaa. Syynä tähän on ollut yhteistyön sujuminen ja molempia kiinnostava aihe. Työtä oli mukava tehdä kahdestaan, sillä pystyimme keskustelemaan ja tekemään päätöksiä yhdessä. Koimme erilaisuutemme voimavarana, vaikka prosessin aikana täytyi totutella toisen työskentelytapoihin ja -tahtiin sekä tehdä kompromisseja. Työprosessin aikana käydyissä keskusteluissa olemme oppineet ilmaisemaan omia mielipiteitämme ja perustelemaan omia näkökulmiamme. Avoin ja rehellinen keskustelu sekä toisen kannustaminen tukivat toimivaa yhteistyötä. Työn aikana on ollut mahdollista myös reflektoida omia työtapoja. Toisen antama palaute on antanut mahdollisuuden oppia omiin yhteistyötaitoihin liittyvistä voimavaroista ja kehittämishaasteista. Yhteistyö hankkeessa on kehittänyt yhteistyötaitojamme, oma-aloitteellisuutta sekä vastuunottoa, sillä prosessin aikana meidän täytyi ottaa huomioon myös hankkeen tavoitteet sekä aikataulu. Yhteistyö hankkeen kautta antoi meille myös mahdollisuuden tuoda toimintaterapiaa näkyväksi.

Opinnäytetyöprosessin aikana tietämyksemme nuorista, nuoruudesta sekä nuorten toimintaterapiasta on sekä syventynyt että laajentunut. Koemme nuorten kanssa työskentelyn kiinnostavaksi vaihtoehdoksi työelämään siirryttäessä ja opinnäytetyön kautta olemme saaneet tietoa ja var-

muutta nuorten kanssa työskentelyyn. Nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisy sekä nuorten hyvinvoinnin tukeminen ovat säilyneet kokoavina ja kantavina näkökulmina koko opinnäytetyöprosessimme ajan. Näkemyksemme ennaltaehkäisevän toimintaterapian mahdollisuuksista on kehittynyt ja konkretisoitunut aiheeseen perehtymisen myötä. Tämän tiedon avulla voimme jatkossa mahdollisesti laajentaa toimintaterapeuttien työaluetta markkinoimalla toimintaterapiaa sekä omaa ammatillista osaamistamme ennaltaehkäiseviin työtehtäviin. Soveltamalla toimintaterapeutista näkemystä toimintaterapian ammattilaisilla on mielestämme runsaasti annettavaa nuorten hyvinvoinnin tukemiseen; tukea toiminnallista tasapainoa, lisätä itsetuntemusta sekä harjoitella aikuisuuteen liittyviä rooleja ja toimintoja.

Jatkotutkimusaiheena voisi tutkia tarkemmin tekijöitä, jotka nuorten kokemana rajoittavat heidän toiminnallista osallistumistaan. Näin ollen epäkohdat olisi helpompi tunnistaa ja toimenpiteet suunnata suoraan niiden ratkaisemiseksi. Mielenkiintoista olisi myös tutkia syrjäytyneiden tai selkeästi syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kokemuksia toimintaan osallistumisesta. Olisi myös ajankohtaista tukea nuorten hyvinvointia konkreettisesti esimerkiksi toteuttamalla nuorten ryhmä, jossa nuoret voisivat harjoitella itsenäisyyteen liittyviä taitoja.

LÄHTEET

Aalberg, V. & Siimes, M. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. 2. painos. Helsinki: Nemo.

Casey, M. A. & Krueger, R. A. 2000. Focus Groups. A Practical Guide for Applied Research. 3. painos.

Christiansen C. H. & Townsend, E. A. 2010. An Introduction to Occupation. Teoksessa C. H. Christiansen & E. A. Townsend (toim.) An Introduction to Occupation. The Art and Science of Living. 2nd Edition. New Jersey: Pearson Education, 1—34.

Cole, M. 2011. Adolescent Social Development and Participation. Teoksessa M.B. Cole & M.V. Donohue (toim.) Social Participation in Occupational Contexts in Schools, Clinics, and Communities. Thorofare: SLACK Incorporated, 109—125.

Creek, J. 2008. The knowledge base of occupational therapy. J. Creek & L. Lougher (toim.) Occupational Therapy and Mental Health. Toronto: Churchill Livingstone.

Doble, S.E. & Santha, J.C. 2008. Occupational well-being: Rethinking occupational therapy outcomes. Canadian Journal of Occupational Therapy 75 (3), 184—190.

Eräranta, K. & Autio, M. 2008. Johdanto: Polarisaatio käsitteenä ja empiirisesti koeteltuna tutkimusteesinä. Teoksessa M. Autio, K. Eräranta & S. Myllyniemi (toim.) Polarisoituva nuoruus? Helsinki: Hakapaino Oy.

Flanigan, A. 2001. Occupational therapy with adolescents. Teoksessa L. Lougher (toim.): Occupational Therapy for Child and Adolescent Mental Health. Churchill Livingstone: Edinburg. 151-170.

Grek, K. 2008. Terveiden edistämisen asiantuntijoiden, toimintaterapeuttien ja nuorten käsityksiä terveyden edistämisestä: toiminnallinen näkökulma. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu –tutkielma.

Hagedorn, R. 2000. Tools for Practice in Occupational Therapy. A Structured Approach to Core Skills and Processes. Edinburgh: Churchill Livingstone.

Hagedorn, R. 2001. Foundations for Practice in Occupational Therapy. 3. painos. Toronto: Churchill Livingstone.

Hasselkus, B. R. 2011. The Meaning of Everyday Occupation. 2nd Edition. Thorofare: SLACK Incorporated.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Joutsivuo, T. 2005. Mistä TOI on tullut?: suomalaisen toimintaterapian historia. Helsinki: Edita.

Järvilehto, S. & Kiiski, R. 2009. Oman hyvinvoinnin lähteillä. Ohjaajan käsikirja. Esa Print Oy: Tampere.

Kallonen, T. 1998. Nuorten toimintaterapia. Teoksessa J. Holvikivi (toim.) Toimintaterapia: tie omatoimisuuteen. Helsinki: Opetushallitus, 80–87.

Kielhofner, G. 2008. Model of Human Occupation: Theory and Application. 4th Edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Korpela, K. 2009. Luonnosta nauttiminen työstä palautumisen keinona. Teoksessa U. Kinnunen & S. Mauno (toim.) Irtiottoja työstä: Työkuormituksesta palautumisen psykologia. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy, 115-125.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineiston hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Launiainen, H. & Lintula, L. 2003. Toimintaterapia ja Toimintaterapeutit. Teoksessa T. Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö. Helsinki: Suomen Kuntaliitto, 7–9.

Latvala, E. & Vanhanen-Nuutinen, L. 2001. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: Sisällönanalyysi. Teoksessa S. Janhonen & M. Nikkonen (toim.) Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY, 21–43.

Law, M. 2002. Participation in the Occupations of Everyday Life. The American Journal of Occupational Therapy. 56 (6), 640-649.

Leskinen, E. 2010. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Lincoln, Y. & Guba, E. 1985. Naturalistic Inquiry. 2. painos. United States of America: SAGE Publications.

Mays, N. & Pope, C. 2000. Assessing quality in qualitative research. British Medical Journal. 320 (1), 50–52.

Myrskylä, P. 2012. Hukassa – Keitä ovat syrjäytyneet nuoret? Hakupäivä 26.2.2013 <http://www.eva.fi/wp-content/uploads/2012/02/Syrjailyminen.pdf>

Nelson, D. L. 1996. Therapeutic Occupation: A Definition. The American Journal of Occupational Therapy 50 (10), 775–782.

Perttula, J. 2005. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteen teoria. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys – tulkinta – ymmärtäminen. Helsinki: Dialogia Oy, 115–162.

Pierce, D. E. 2003. Occupation by Design. Building Therapeutic Power. Philadelphia F.A. Davis Company.

Pownall, S. 2001. Occupational therapy with adolescents. Teoksessa Lougher, L. (toim.): Occupational Therapy for Child and Adolescent Mental Health. Churchill Livingstone: Edinburgh. 33-47.

Reed, K. & Sanderson S. N. 1999. Concepts of Occupational Therapy. 4th Edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Riley, J. 2010. Changing Lives, Changing Practice. Occupational therapy in social work, enabling independent living in Scotland. London: the College of Occupational Therapists.

Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: WSOYpro Oy.

Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Satka, M. 2009. Varhainen puuttuminen, moraalinen käänne ja sosiaaliset asiantuntijat. Yhteiskuntapolitiikka. 74 (1), 17—32.

Simons, D. F. 2005. Adolescent Development. Teoksessa A. Cronin & M. Mandich (toim.): Human Development and Performance. Throughout the Lifespan. Thomson Delmar Learning, 215-245

Soininen, M. 1995. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskuksen julkaisuja A: 43.

Sohvi-hanke käynnistyy. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Hakupäivä 30.8.2012.

<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/uutinen/sosiaalialanamkverkoston-ajankohtaista/sohvi-hanke-kaynnistyy>

Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet. 2011. Hakupäivä 26.8.2012. http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/images/stories/ammattieettiset_ohjeet_2011.pdf

Toimintaterapeutin ammatinkuvaus 2004. Teoksessa T. Joutsivuo (toim.) Mistä TOI on tullut? Suomalaisen toimintaterapian historia. Helsinki: Edita, 228–229.

Tukeva-hanke. 2011. TUKEVA 2 (jatkohanke) 2010-2012. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin tukeminen Pohjois-Suomessa. Väliraportti 1.4.–30.9.2011. Hakupäivä 31.1.2013 <http://oulu.ouka.fi/seutu/tukeva%20%20hankkeen%20materiaalit.htm>

Weinblatt, N. & Avrech-Bar, M. 2003. Rest: A qualitative exploration of the phenomenon. *Occupational Therapy International*. 10 (4), 227—238.

Whiteford, G. 2010. Occupational Deprivation: Understanding Limited Participation. Teoksessa C. H. Christiansen & E. A. Townsend (toim.) *Introduction to Occupation. The Art and Science of Living*. 2nd Edition. New Jersey: Pearson Education, 303–328.

Wilcock, A. 1998. *An Occupational Perspective of Health*. United States of America: SLACK Incorporated.

Willcock, A. & Townsend, E. 2000. Occupational Terminology interactive dialogue: Occupational Justice. *Journal of Occupational Science*. 7 (2), 84–86.

Willcock, A. & Townsend, E. 2004. Occupational justice and client-centred practice: A dialogue in progress. *Canadian Journal of Occupational Therapy*. 71 (2), 75–87.

Wilcock, A. 2006. *An Occupational Perspective of Health*. 2. painos. United States of America: SLACK Incorporated.

Wilcock, A. 2010. Population Health: An Occupational Rationale. Teoksessa M. E. Scaffa, S. M. Reitz & A. P. Pizzi (toim.) *Occupational Therapy in the Promotion of Health and Wellness*. Philadelphia: F.A. Davis Company, 110–121.

International classification of functioning, disability and health: Children and youth version: ICF-CY. World Health Organization. 2007. Geneva: World Health Organization.

Hei sinä nuori ja vanhempasi

Olemme Oulun seudun ammattikorkeakoulussa opiskelevia toimintaterapeuttiopiskelijoita. Teemme tutkimusta siitä, miten mahdollisuus tehdä itselle tärkeitä asioita vaikuttaa nuorten hyvinvointiin. Tutkimuksen tulosten perusteella on tarkoituksena kehittää (paikkakunnan nimi) nuorille suunnattuja sosiaali-, kulttuuri- ja liikuntapalveluita. Tutkimuksen tarkoituksena on saada nuorten ääni ja toiveet kuuluviin.

Tutkimuksemme on osa isompaa SOHVI-hankkeen tutkimuskokonaisuutta. SOHVI-hankkeen tavoitteena on tuottaa kansalaisten hyvinvointiin liittyvää tietoa, jonka avulla palveluita ja työntekijöiden osaamista voidaan kehittää siten, että ne vastaavat paremmin asiakkaiden tarpeisiin.

Haastatteluun osallistuu kolme nuorta ja haastattelun aiheena on toimintaan osallistuminen. Aiheeseen vi-
 rittäydytään toiminnallisin menetelmin ja toiminnan ohella nuori voi tuoda esille omia kokemuksiaan, aja-
 tuksiaan ja mielipiteitään aiheesta. Tutkimuksemme kannalta kaikki nuorten näkemykset ovat tärkeitä, eikä
 väärää tai huonoa tietoa ole. Haastattelu toteutetaan kouluajalla kello 9–11.30 (paikkakunnan nimi) koulun
 tiloissa. Haastattelupäiväksi tarkentuu myöhemmin joko 18.10.2012 tai 31.10.2012. Haastattelu nauhoite-
 taan osallistujien ja heidän vanhempiensa suostumuksella.

Tutkimukseen osallistumisen lähtökohtana on vapaaehtoisuus ja tutkimukseen osallistumisen voi halutes-
 saan peruuttaa. Osallistujien nimi tulee pelkästään meidän tutkijoiden tietoon, eikä nimiä luovuteta kenel-
 lekään ulkopuoliselle. Haastattelusta saamia tietoja käytämme tutkimusraportissa yleisellä tasolla siten,
 ettei siitä voida tunnistaa ketään yksityistä henkilöä.

Toivomme, että voimme tehdä yhdessä töitä teidän nuorten palveluiden hyväksi!

Ystävällisin yhteistyöterveisin,

Toimintaterapiaopiskelijat Anna-Kaisa Heikkilä ja Matleena Maikku



Jos sinulla on kysyttävää, meihin voi ottaa yhteyttä
 sähköpostitse:

xxxxxxx@students.oamk.fi tai xxxxxxxx@students.oamk.fi